DISSERTATION
SUR
L'EDUCATION PHYSIQUE
DES ENFANS,

Depuis leur naissance jusqu'à l'âge de puberté.

Ouvrage qui a remporté le Prix le 21 Mai 1762, à la Société Hollandoise des Sciences.

Par M. BALLEXSERD, *Citoyen de Genève.*

Sartam & tectam ab omnique molestia & incommodo servate prolem: inde sanitas, robur & longævitas.



A PARIS,
Chez VALLAT-LA-CHAPELLE, Libraire, Quai de Gêvres.

M. DCC. LXII.
AVEC APPROBATION ET PRIVILEGE DU ROY.



A MONSIEUR ANTOINE PETIT,

Docteur-Régent en Médecine de la Faculté de Paris, ancien Professeur public d'Anatomie, de Chirurgie & de l'Art des Accouchemens, Membre de l'Académie Royale des Sciences, & de la Société Royale d'Agriculture.

ONSIEUR,

*L'*E s s a i *que je vous présente sur l'Education physique des En-*

ſans, eſt un fruit que je dois à vos leçons, & dont je vous prie d'agréer l'hommage. Je ſens qu'il eſt peu digne de vous. Je vous aurois offert un ouvrage plus conforme à votre zéle pour l'humanité, ſi ma mémoire plus heureuſe, & mes idées plus exactes, avoient pû me repréſenter vos préceptes avec l'ordre, la préciſion, l'abondance & l'énergie qui les caractériſent, & ſi, comme vous, MONSIEUR, *j'avois été en état de raſſembler beaucoup de richeſſes dans les bornes étroites d'un Diſcours académique. Néanmoins j'ai trop ſouvent éprouvé combien vous vous plaiſez à nourrir l'émulation de vos Diſciples,*

pour ne pas eſpérer un peu, que vous honorerez d'un accueil favorable un ouvrage enfanté par le deſir d'être utile aux hommes, & qu'une Société de Savans illuſtres a eu l'indulgence de couronner.

Ce n'eſt qu'après ce ſuccès que je me ſuis hazardé de vous le communiquer avant de le livrer à l'impreſſion. Mais alors il n'étoit plus tems d'y faire les corrections dont je ne doute pas qu'il n'ait beſoin, & vous n'avez pas jugé à propos d'y rien changer. J'avouerai, toutefois, qu'après l'avoir retiré de vos mains, je n'ai pû m'empêcher d'y faire de moi-même quelques petites additions, mais ſeulement

hiſtoriques ; ainſi, MONSIEUR, il eſt juſte que mes Lecteurs ſoient avertis que les défauts qu'on pourra trouver dans cet Ouvrage, ſont de moi, & que je tiens de vous ce qu'il y a de bon.

J'ai aſſez fréquenté vos Amphithéâtres avec les nombreux Etudians qui vous ſont adreſſés des diverſes contrées de l'Europe, pour n'avoir à imputer qu'à moi mon peu de progrès, & mon cœur eſt trop ſenſible à la reconnoiſſance, pour que je ne ſaiſiſſe pas avec empreſſement cette occaſion de joindre ma voix à celle de tant d'Eléves qui, après avoir puiſé dans vos ſources fécondes, des inſtructions utiles à

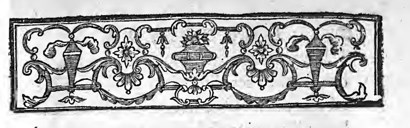
la conservation du genre humain ; vont élever votre nom dans leur patrie, & y faire éclater les précieuses connoissances que vous leur avez prodiguées avec plaisir, & d'autant plus facilement, que leur avide attention excitée par la plus belle élocution, & soutenue par la clarté des préceptes, étoit fixée & captivée par la force des preuves & l'utilité évidente des lumières dont ils se trouvoient éclairés. Indépendamment de ces avantages de l'esprit, vos Disciples vous ont encore, MONSIEUR, *l'obligation d'avoir introduit & nourri dans leur cœur, la tendre amitié pour leur Maître, sans affoiblir leur*

respect. C'est dans ces sentimens que je suis, avec une véritable estime & la plus parfaite considération,

MONSIEUR,

A Paris, Octobre 1762.

Votre très-humble & très-obéissant serviteur,
J. BALLEXSERD.



DISSERTATION
SUR
L'ÉDUCATION PHYSIQUE
DES ENFANS,

Depuis leur naiſſance juſqu'à l'âge de puberté, qu'on fixe ici à quinze ou ſeize ans.

L'Academie d'HARLEM animée du deſir de rendre utiles aux hommes ſes profondes méditations, a donné un Programme en 1761, ſur le ſujet le plus intéreſſant à l'humanité. Elle demande : *Quelle eſt la meilleure direction à ſuivre dans l'habillement, la nourriture & les exercices des enfans depuis le moment où ils naiſſent juſqu'à leur adoleſcence, pour qu'ils vivent longtems & en ſanté?*

Je vais m'exercer ſur cette importante queſtion. Si ſes difficultés pouvoient me rebuter, ſon utilité m'encourageroit dans la carrière épineuſe que je vais parcourir : ſecondons le louable zéle que des Républicains illuſtres, heureux & tranquilles, manifeſtent à toute l'Europe pour ce bien précieux à l'humanité, LA SANTE'; & tandis que malheureuſement un grand nombre des habitans de cette même Europe, s'exercent dans ce tems de diſcorde & de guerre, à s'entredétruire les uns les autres, imitons ces Citoyens libres & paiſibles, & ſuivons, s'il ſe peut, la route qu'ils nous tracent eux-mêmes, en s'occupant utilement de ce qu'il y a de plus eſſentiel pour la félicité & la conſervation des hommes.

Si je parviens ici à découvrir les cauſes accidentelles par leſquelles il y a tant de perſonnes petites, foibles & contrefaites; & en même tems ſi je puis indiquer ce qui pourroit contribuer à rendre les hommes plus grands, plus forts, & vigoureux, je crois que j'aurai atteint le but propoſé dans le Programme de l'Académie.

Pour répandre plus de clarté dans ma Dissertation, je la diviserai en quatre EPOQUES précédées d'une Introduction. Division de mon sujet.

Dans cette Introduction, j'indiquerai le régime de vie que le pere, & surtout la mere, doivent observer jusqu'à la naissance de l'enfant.

J'observerai dans chaque Epoque, l'ordre énoncé dans le Programme, excepté que je ferai précéder l'article de l'Exercice, par quelques observations qui me paroissent entrer nécessairement dans le plan de l'Education physique des Enfans.

La première Epoque commence à l'accouchement de la mere, & finit au tems qu'on cesse d'allaiter l'enfant.

La seconde Epoque commence à l'âge d'un an ou environ, & finit quand l'enfant a atteint l'âge de cinq ou six ans.

La troisiéme Epoque commence à l'âge où l'on change en Europe l'habillement des garçons, & finit lorsque l'enfant a atteint l'âge de dix ans.

La quatriéme Epoque commence à l'âge de dix ans ou environ, & finit à la puberté,

que je fixe ici à l'âge de quinze ou ſeize ans.

INTRODUCTION.

Du régime de vie du pere & de la mere, jusqu'à la naiſſance de l'enfant.

Définition abrégée de l'homme.

L'HOMME eſt un composé de deux ſubſtances. Une ſpirituelle, qui eſt l'ame; & la matérielle, qui eſt le corps.

L'ame peut être conſidérée comme une émanation de la Divinité : les Livres ſaints nous diſent que Dieu a pris plaiſir de nous former à ſon image.

Le corps eſt un tout composé de parties juſtement unies, & de la manière la plus admirable pour exécuter, ſoit par le mouvement de la volonté, ou par un mouvement involontaire, les fonctions auxquelles elles ſont deſtinées. Quelles idées ce ſpectacle ne préſente-t-il pas aux yeux d'un Philoſophe attentif, qui, de la connoiſſance de la ſtructure des parties, peut déduire les faits, & expliquer les phénomenes que l'on obſerve dans le corps humain.

Il faut distinguer trois tems dans la vie de l'homme, celui d'accroissement, celui de consistance, & celui de dépérissement.

Le premier se divise aussi en trois autres tems, qui sont l'enfance, l'adolescence & la puberté : c'est cette dernière division qui sera le sujet de cet Ouvrage.

Dispositions nécessaires dans le pere & la mere.

La bonne constitution du corps d'un enfant, la force & la vigueur de son tempérament, dépendent beaucoup du bon régime de vie que son pere & sa mere auront observé avant sa conception, & de celui que la mere observera pendant le tems qu'elle le portera dans son sein; car les mauvaises dispositions du corps des peres & meres, sont les causes immédiates de la foiblesse & du mauvais tempérament des enfans.

Mais si au contraire le pere & la mere sont tous les deux bien sains, sans aucune difformité considérable, & que leurs corps assez bien conformés dans toutes leurs parties, ne soient point trop disproportionnés entr'eux par la grandeur ou par la grosseur; s'ils jouissent l'un & l'autre d'une bonne

ſanté, d'une conſtitution forte & robuſte; s'ils ſe nourriſſent ſobrement avec de bons alimens ordinaires, & qu'ils ne s'abandonnent pas à des jeûnes ſévères, ni à des pratiques trop auſtères de Religion; s'ils ne s'exténuent ni l'un ni l'autre par aucuns travaux forcés ou trop ſédentaires, c'eſt-à-dire, s'ils font de l'exercice ſans s'accabler par la fatigue; ſi l'homme rend à ſa femme les devoirs du mariage ſeulement lorſqu'il y ſera excité par le beſoin de la nature & non par celui de l'habitude *; ſi, pour s'unir amoureuſement avec ſa femme, il a ſoin d'attendre que l'évacuation périodique de ſes mois & celle qu'elle éprouve à la ſuite de ſes couches, ayent entierement ceſſées; ſi, dans les climats tempérés, le mari eſt âgé de vingt-cinq à cinquante ans, & la femme de dix-huit à quarante;

* Parce que l'uſage trop fréquent qu'on en fait, énerve & produit des enfans foibles, comme la ſemence d'une mauvaiſe nature, produit des enfans mal-ſains. Dans le premier cas, la ſemence n'a pas eu le tems de ſe bien préparer, de recueillir, pour ainſi dire, tous les eſprits qui lui ſont néceſſaires pour ſe perfectionner. Dans le ſecond cas, elle eſt infectée d'un vice morbifique, qui produit toujours les effets les plus fâcheux pour la ſanté des enfans.

si la nature a donné à cette femme une taille avantageuse sans trop d'embonpoint, qu'elle ait les os des isles suffisamment écartés, & par conséquent un large bassin; enfin si le mari & la femme vivent en bon air, dans un contentement d'esprit que la sagesse donne souvent, & que la gaieté accompagne toujours, il est très-probable qu'en réunissant le plus de ces avantages & de ces précautions, l'enfant qu'ils engendreront, aura aussi plus de dispositions à une constitution forte & robuste.

Aussitôt que la femme aura des soupçons de grossesse, elle fera bien de s'abstenir des familiarités conjugales, parce que le grand exercice que la matrice fait quelquefois dans cet acte, peut nuire à l'embrion qui y est renfermé: d'ailleurs les superfétations, quoique fort rares, sont toujours assez fâcheuses pour qu'on doive prendre garde d'y donner lieu. Ce n'est pas assez de concevoir, il faut encore mettre à bon terme le fruit de ses plaisirs, & qui plus est, être capable de le nourrir après sa naissance. Ainsi il sera très-prudent au mari & à la

Régime de la femme enceinte.

femme de ne pas s'unir amoureusement dans cette circonstance.

Elle doit se nourrir modérément avec les alimens qu'elle a accoutumé de prendre, s'ils ne sont pas trop pesans, salés ou épicés. Ils doivent être d'une qualité ni trop active ni trop froide. Il ne faut jamais qu'elle se livre dans son choix, à des fantaisies bizarres, que le dégout ou son imagination déréglée lui donne quelquefois en cet état. Elle doit se faire une douce violence & résister à ces sortes d'appétits capricieux, quand ils tombent sur des objets qui ne sont pas propres à une bonne digestion. Il y a des Médecins qui lui conseillent de manger alors quelques olives ou quelques capres, mais en petite quantité, seulement pour nettoyer son estomac d'une pituite âcre, qui est, à ce qu'on prétend, la cause de ces étranges goûts où quelques femmes grosses se livrent imprudemment.

Si son appétit est fort grand, il ne faut pas qu'elle prenne à la fois plus d'alimens qu'elle n'a accoutumé d'en prendre; il vaut

mieux qu'elle multiplie ſes repas, en laiſſant entr'eux un intervalle ſuffiſant pour la digeſtion ; parce qu'une abondance de chyle mal-préparé, feroit tomber en langueur ſon fruit, au lieu de lui donner la vie. Le même accident arrivera par la cauſe oppoſée. La diéte ne lui vaut rien. Les femmes prudentes ſont quelquefois obligées de s'efforcer de manger, quand un trop long dégoût accompagne leur groſſeſſe, ſurtout ſi c'eſt après le quatriéme mois. Il faut alors varier leurs mets, pour exciter un peu leur appétit. Elles doivent bien mâcher ce qu'elles mangent, afin que la digeſtion étant mieux préparée, elle en ſoit plus facile ; alors le chyle qui en réſultera, ſera d'une meilleure qualité.

Si elle aime un peu le vin pur, il faut qu'elle modére ſon goût pour cette boiſſon, & qu'elle la détrempe dans beaucoup d'eau, pour la rendre plus laxative. Les liqueurs fortes, que la raiſon regarde en tout tems comme un poiſon lent, ſont un poiſon très-actif pour le fœtus contenu dans la matrice. Les femmes groſſes de-

vroient abſolument s'interdire ce breuvage.

La femme enceinte doit reſpirer un air pur & ſérein ; c'eſt-à-dire, qu'un air tempéré qui ſe renouvelle ſouvent, eſt celui qui lui convient le mieux.

Elle ne doit point reſpirer les odeurs trop fortes, parce que la matrice en recevroit de fâcheuſes atteintes, à cauſe de la ſympathie de ſes nerfs, qui ſont alors plus diſtendus qu'à l'ordinaire.

Si le ſommeil d'une femme eſt de ſept ou huit heures à ſon ordinaire, quand elle ſera enceinte, elle fera bien de dormir une heure de plus.

Il ſeroit bien à ſouhaiter qu'elle paſſât tout le tems de ſa groſſeſſe, ſans trop fixer ſon attention & ſes deſirs ſur aucun objet, & qu'elle eût ſoin de détourner toujours la vûe de ceux qu'elle ne pourroit regarder qu'avec répugnance ou avec horreur ; car tout ce qui peut la frapper trop vivement, & porter le trouble dans ſon imagination, qui eſt alors très vibratile, ne peut que produire les effets les plus fâcheux

au fruit qu'elle porte dans ſon ſein. L'on doit donc écarter d'elle avec grand ſoin, tous les ſujets qui pourroient lui cauſer de la colere, du chagrin & de la triſteſſe, puiſqu'il faut ſi peu de choſe pour l'affecter déſagréablement, & que l'enfant, dans la matrice, participe toujours aux maux que ſa mere endure.

Celui qui outrage une femme enceinte, eſt un monſtre inhumain. Celui qui ne lui témoigne que peu d'égards, ne connoît pas aſſez tout ce qu'il faut reſpecter dans la ſociété.

Ses habits doivent être larges & aiſés à mettre, pour qu'elle ait peu de peine à s'habiller, & ſurtout pour qu'ils ne la gênent nulle part. Elle doit porter des ſouliers à talons bas, qui ayent beaucoup d'aſſiette, & ne pas prendre des chemins difficiles qui puiſſent l'expoſer à s'effrayer par des faux-pas ou par une chûte.

Il faut que ſes exercices ſoient ſans fatigue, qu'elle s'occupe agréablement, qu'elle ſe promene ſouvent à pied, ſans trop s'expoſer au grand froid, parce que

cela pourroit ſupprimer ſon inſenſible tranſpiration, qui eſt alors plus abondante & qu'il ne faut pas détourner.

Elle doit s'interdire, ſurtout dans le commencement & ſur la fin de ſa groſſeſſe, d'élever beaucoup les bras, de ſoulever ou de porter un peſant fardeau, les chants forcés, & généralement tous efforts & exercices violens.

J'ai crû que ces obſervations préliminaires ſur le régime de vie des peres & meres, entroient néceſſairement dans le plan de cet Ouvrage.



PREMIERE ÉPOQUE.

De la naiſſance de l'enfant, juſqu'au tems qu'on ceſſe de l'allaiter.

L'ENFANT, avant ſa naiſſance, eſt renfermé dans la matrice, enveloppé de deux membranes (l'amnios & le chorion) & nageant dans des eaux. Il a la tête en devant, les genoux au menton, les talons aux feſſes, & les bras pendans aux côtés.

Aux approches de l'accouchement, la mere ſent des douleurs aux reins, au baſſin, à la matrice ; les membranes ſe crévent, les eaux coulent, lubréfient le paſſage, & facilitent la ſortie de l'enfant. Accouchement.

C'eſt après avoir reſté neuf mois ou environ dans la matrice, qu'il vient au monde; il peſe ordinairement de douze à quatorze livres ; il a depuis dix-huit à vingt-un pouces de hauteur ; ſa tête eſt plus groſſe à proportion que le reſte du corps ; il ſort par les parties génitales de la femme. Cette action ſe nomme Accouchement.

C'eſt à la nature, autant qu'il eſt poſſible, qu'il faut commettre le ſoin de l'accouchement. L'on doit la ſeconder dans ſes fonctions, mais rarement la prévenir lorſque l'enfant préſente la tête la première, parce qu'alors la nature ſeule peut ſuffire à l'accouchement : les autres méthodes ſont ordinairement funeſtes à la ſanté de l'enfant *. Les bons Ouvrages qui traitent de la matière des accouchemens, preſcrivent en détail les régles qu'il faut ſuivre à cet égard.

Je ſuppoſe la femme au moment où elle accouche. Elle doit avoir une attitude commode, dans un lieu tempéré & bien clos, où il peut y avoir du feu, pourvû qu'il ſoit ſans odeur. L'enfant lui annoncera par ſes cris, qu'elle eſt mere. Cette nouvelle lui cauſe ordinairement une ſi grande joie, qu'elle oublie auſſitôt les douleurs qu'elle a éprouvées dans l'enfante-

* Loin de nous à jamais cette pratique barbare & ſuperſtitieuſe, qui faiſoit autrefois immoler la mere à l'enfant, parce que celui-ci n'avoit pas encore reçu le Baptême. Le flambeau de cette Philoſophie que la vraie Religion Chrétienne accompagne, nous a heureuſement éclairé ſur les coupables excès d'un zéle auſſi dangereux qu'inhumain.

ment. Il ne faut pas céder d'abord à l'impatience qu'elle a de voir & de careſſer celui qu'elle vient de mettre au monde, parce que cela pourroit nuire à la ſanté de tous les deux.

Soins de l'Accoucheur.

Le premier ſoin de l'Accoucheur eſt de lier promptement le cordon ombilical, ſuivant les régles preſcrites par les bons Auteurs.

L'enfant eſt reçu dans des linges mols, bien ſecs & paſſablement chauds, ſi c'eſt en hyver, parce qu'il faut éviter le grand froid dans ces premiers momens de la vie. On le met dans un lieu ſûr & tendre, pendant qu'on délivre la mere.

Si cet enfant paroît foible par l'effet d'un accouchement laborieux, on peut lui faire avaler un peu de vin ſucré & tiéde ; mais s'il paroît plein de vie & bien portant, il ne faut rien lui donner qu'il n'ait rendu le *meconium*, & par la bouche, beaucoup de glaires, parce que ſi l'on ſe preſſoit de le faire tetter avant que l'iſſue de ces matières ſe faſſe, le lait qu'il avaleroit, s'aigriroit bientôt dans ſon eſtomac & dans ſes inteſ-

testins, ce qui lui occasionneroit de violentes coliques. L'on peut différer de lui donner de la nourriture pendant vingt-quatre & même trente heures, s'il le faut.

L'Accoucheur, après avoir délivré la mere, examinera si toutes les parties du corps de l'enfant sont bien dans leur état naturel ; car s'il y paroissoit quelques vices de conformation, il fera bien d'y apporter tout de suite les secours de son Art. Il est donc très-important d'être convaincu par l'expérience, de la capacité de l'Accoucheur. Il est assez rare qu'une femme en soit suffisamment pourvue pour faire habilement ce métier.

L'on ne doit jamais toucher à la tête d'un nouveau né, à moins qu'elle ne paroisse avoir été trop fortement comprimée au passage, ce qui auroit pû lui donner une forme vicieuse ; alors les mains d'un habile Accoucheur doivent lui rendre sa forme naturelle. Il y a des pays où l'on est dans l'usage condamnable de leur paîtrir, pour ainsi dire, la tête, afin de lui donner une forme arbitraire qui y est de mode

mode. L'on obſerve auſſi que ces Peuples ſont tous de ſtupides eſclaves preſque ſans imagination, ſans force & ſans vigueur. En effet, cette méthode abominable doit infailliblement déranger les organes du cerveau, & produire dans la ſuite les plus fâcheux effets pour les facultés du corps & de l'eſprit.

L'on doit laver doucement l'enfant avec un linge trempé dans du vin tiéde, afin de lui nettoyer les yeux, les oreilles, & d'enlever cette craſſe blanchâtre dont ſon corps eſt couvert, qui eſt produite par le ſédiment des eaux où il a reſté ſi longtems; car ſi on n'enlevoit pas cette craſſe, outre qu'elle pourroit occaſionner une maladie à la peau, c'eſt qu'en bouchant ſes pores, elle s'oppoſeroit à la tranſpiration qui rentreroit alors en dedans; ce qui altéreroit ſûrement la ſanté de l'enfant. Je dis qu'il faut ſe ſervir de vin tiéde, parce qu'il eſt queſtion d'enlever des parties graſſes, & que l'eau ſimple ſeroit inſuffiſante pour cela.

Etat de l'enfant nouveau né.

Offenſé par l'air extérieur qui s'introduit

dans ſa poitrine, l'enfant éternue en venant au monde; ces effets de l'air ſont entrer ſes muſcles en contraction; il rend de l'urine, lorſqu'on le met à la chaleur; dans l'eſpace de vingt-quatre ou trente heures, il ſe vuide du *meconium;* il jette par la bouche des mucoſités qui étoient renfermées dans ſa trachée-artère; elles ſont chaſſées par l'air qui ſort de ſa poitrine; plus ces mucoſités s'évacuent, mieux l'enfant ſe portera dans la ſuite.

La tête de l'enfant eſt prodigieuſe. On y remarque ſur le ſommet un trou ou fontaine couverte par le péricrâne & la peau. Son nez eſt plat, ſes oreilles relevées, la bouche & les joues ſont ſaillantes. La cornée de ſes yeux eſt ridée, ce qui fait que les rayons viſuels ne peuvent pénétrer juſqu'à la rétine, & l'enfant ne voit pas. Sa poitrine eſt étroite relativement à ſa tête; les bras ſont plus forts que les jambes. Sa peau eſt rouge à cauſe de ſa fineſſe, & l'on prétend que plus elle eſt rouge, plus l'enfant ſera blanc dans la ſuite.

Pendant les quarante premiers jours de

vie, les ſens de l'enfant ne ſont nullement développés, l'on peut faire toutes ſortes de bruits ſans le réveiller, excepté lorſqu'on le touche trop bruſquement; ſes organes ſont impuiſſans & embarraſſés, il ne rit ni ne pleure; il crie, mais, ſuivant les apparences, ſes cris ne ſont pas des ſignes de douleur. Dans cet état, on peut le conſidérer comme le plus miſérable de tous les nouveaux êtres vivans, car il ne ſait que brailler, au lieu que les autres animaux courent aux mamelles, ſouvent ils vont chercher d'autres nourritures; mais l'homme a beſoin de ſecours de toute eſpéce, qui exigent beaucoup de peines & de ſoins. Ne ſembleroit-il pas que Dieu ait voulu par-là faire connoître à l'homme, combien il doit reſpecter la vie de ſon ſemblable?

Après ce tems, les fonctions commencent à s'établir; il a des ſenſations; il les exprime par ſes ris & par ſes pleurs.

Nous avons dit que l'enfant crie au moment qu'il eſt né, c'eſt le premier ſigne de vie qu'il donne quand il ſe porte bien; mais

s'il perſévéroit long-tems dans ſes cris, on fera bien de lui faire avaler un peu d'huile d'amandes douces, tirée ſans feu, ou plutôt un peu de ſyrop de chicorée. Si cela ne le calme pas, & que la mamelle, au bout de vingt-quatre heures, ſoit impuiſſante pour l'appaiſer, il lui ſurviendra peut-être une deſcente; c'eſt à quoi il faut bien prendre garde, & dans ce cas, on doit recourir auſſitôt à un Chirurgien expert en cette partie, pour en faire tout de ſuite la réduction, & la contenir avec des bandages que ſes lumières ne manqueront pas de lui indiquer.

Il ne faut jamais baptiſer les enfans avec de l'eau froide, pas même dans les plus grandes chaleurs, parce que cela peut exciter une contraction violente dans les nerfs, & leur cauſer des mouvemens convulſifs. Les convulſions ſont une maladie très-fréquente chez les enfans; j'en expliquerai la cauſe dans l'Epoque ſuivante.

Uſage particulier à quelques Nations.

M. Locke nous dit rapidement, que les Irlandois & les Dames des Montagnes d'Ecoſſe, baignent leurs enfans dans l'eau froide, lors même qu'elle eſt mêlée de gla-

çons. J'aurois souhaité que cet illustre Auteur nous eût plus amplement instruits sur les particularités d'un usage aussi important à l'espéce humaine; qu'il nous eût dit, par exemple, si cette méthode est universelle dans ces pays-là, & à quel âge on y fait subir cette terrible épreuve aux enfans. Je n'ai encore trouvé personne qui ait pû me confirmer ce fait d'une façon satisfaisante.

L'Histoire nous dit bien que les Scythes & même nos voisins les Germains, étoient dans l'usage de plonger leurs enfans nouveaux nés dans la plus prochaine Riviere, certains, par ce moyen, de leur rendre le corps moins sensible & plus robuste. Ou nous ne connoissons pas assez jusqu'où peuvent s'étendre les limites de ce qu'un enfant nouveau né est capable d'endurer, ou ces Peuples en perdoient beaucoup à cette rude épreuve. J'ignore si cette méthode étoit bonne dans ces tems-là; mais je doute beaucoup qu'elle soit usitée en Ecosse & en Irlande, comme M. Locke semble l'insinuer; je doute même qu'elle pût réussir aujourd'hui en Europe, où il

paroît que l'espéce humaine a beaucoup dégénéré. Je crois donc que si on exerçoit actuellement cette pratique envers les enfans nouveaux nés, la moitié au moins périroit dans les convulsions que cela leur occasionneroit.

Oh, si après avoir sévré les enfans de la mamelle, on les accoutumoit par dégré à l'eau froide, en les lavant peu à peu, & en y plongeant dedans tout leur corps, après plusieurs essais, je crois que cette pratique, qui leur feroit verser d'abord bien des larmes, deviendroit, pour eux, une habitude profitable, qui fortifieroit beaucoup la constitution de leur tempérament. Mais que, parmi nous, on plonge un enfant nouveau né dans l'eau froide, lors même qu'elle est mêlée de glaçons, voilà de ces choses dont le succès me paroît au moins douteux, jusqu'à ce qu'une longue suite d'heureuses expériences me fasse changer d'opinion à cet égard.

Les Relations des Voyageurs nous disent, que les Lappones mettent leurs enfans nouveaux nés dans la neige jusqu'à ce

qu'ils ſoient tranſis de froid, & qu'alors elles les plongent dans l'eau chaude, ce qu'elles répétent trois fois par jour pendant la première année de leur vie : mais tous les exemples qu'on peut citer de la Lapponie, ne ſont bons à connoître que pour n'en pas pratiquer de ſemblables. Ces Peuples ne méritent ici aucune conſidération ; ils ſont tous foibles de corps & d'eſprit, & leur vie n'atteint pas les limites ordinaires de la nôtre.

Si l'eſpéce humaine a dégénéré en Europe.

L'eſpéce humaine a-t-elle dégénéré en Europe ? Il y a tout lieu de croire qu'oui ; mais cette queſtion eſt d'une ſi grande importance par ſon application à notre objet, qu'elle mérite bien ici de notre part quelque examen.

D'abord, ſi j'obſerve la conſtitution corporelle des Allemands de nos jours, quoique la meilleure peut-être qu'il y ait encore en Europe, elle ne répond que foiblement à l'idée terrible que Tacite nous donne de ces vigoureux Germains, dont la principale éducation conſiſtoit à s'endurcir & à ſe fortifier le corps pour ſe ren-

dre plus vaillans & plus redoutables à leurs ennemis.

Si je fixe mes regards sur les François, je ne vois plus q 'ils ressemblent à leurs robustes Ayeux que par leur courage & leur ardeur dans les combats.

Dans les Peuples d'Italie, on ne reconnoît plus leurs infatigables ancêtres.

Qu'on lise attentivement l'Histoire, sans recourir ici à quelques phénomenes, & sans y prendre au pied de la lettre les faits prodigieux de tant d'Athlètes Grecs ou Romains, on y découvre par comparaison en mille autres endroits, cette vérité, que l'espéce humaine a beaucoup dégénéré *. Si l'on visite les Arsenaux, on en trouvera la démonstration, en maniant ces pesantes armures offensives & défensives, dont nos Peres se servoient dans les Armées.

* On peut lire encore dans quelques Historiens, que quand on faisoit le *Cens* à Rome, l'on y mettoit aussi l'âge de chaque Citoyen Romain ; & dans le dénombrement de plusieurs petites Villes d'Italie de ce tems-là, on est tout étonné d'y voir un si grand nombre de Citoyens qui passent de beaucoup l'âge d'un siécle, ce qui est presque un phénoméne parmi nous.

Quand on examine enfin ces belles Statues antiques de grandeur naturelle, on y remarque que, dans la même proportion, avec d'autres traits qui n'ont pû changer, comme les yeux, la bouche, &c. elles ont toutes le cou plus large & plus fort, les bras plus gros, les jambes mieux fournies, le tout ensemble plus musclé, en un mot, elles ont un caractère de virilité, que nos habiles Statuaires ne donneroient pas aujourd'hui sans outrer la nature. Peut-être que si ces célèbres Artistes se transportoient dans quelques montagnes de la Suisse, ils y trouveroient plus qu'ailleurs de semblables originaux ; mais quoiqu'il en soit, & sans remonter ici à un tems aussi reculé que celui des Grecs & des Romains, il paroît très-constant, que l'espéce humaine dégénere insensiblement en Europe.

Nous devons vraisemblablement en attribuer la cause à diverses circonstances que je vais parcourir rapidement.

D'abord l'invention de la poudre à canon, qui a réduit tout l'Art militaire en principes, est une époque qui a fait négli-

ger la Gymnaſtique, & qui a produit par conſéquent un changement conſidérable dans l'éducation de la jeuneſſe, qui ne s'eſt plus appliquée, comme autrefois, à ſe rendre ingambe à la courſe, & à ſe fortifier le corps par tous les jeux qui l'exercent à ſon avantage.

La forme préſente d'un gouvernement plus tranquille chez les Nations Européennes, aura beaucoup contribué à cette dégénération. Depuis qu'on a choiſi des hommes pour défendre l'Etat, & qu'on les a payés pour ne s'occuper uniquement que de ce métier, ils s'épuiſent preſque tous par le libertinage & la miſère, qui accompagnent leurs rudes & longs travaux guerriers. Les autres, qui ſe trouvent affranchis par-là de veiller à leur ſûreté, s'exténuent à loiſir dans une vie molle & efféminée, au ſein des voluptés, des études, & des cabinets.

Une troiſiéme cauſe non moins funeſte, & qui dérive d'une mode abominable, c'eſt l'uſage pernicieux pour les enfans, de n'être pas nourris avec le lait de leur mere, &

d'être comprimés dans un maillot, dans un corps à baleines, & ſous pluſieurs ligatures dans leurs vêtemens.

L'habitation, le luxe des grandes Villes, qui ont obligé néceſſairement une multitude d'ouvriers de ſe livrer à des travaux ſédentaires, & toujours pernicieux à la ſanté, pour ſatisfaire le goût, ou plûtôt le caprice de pluſieurs milliers de mortels oiſifs, n'ont pas mal contribué à faire dégénérer l'eſpéce humaine. Je ne paſſerai pas non plus ſous ſilence les longues navigations où nous avons été excités par notre inquiéte avidité pour les richeſſes. L'on ſait que tout l'or du nouveau Monde n'eſt pas d'un prix qui puiſſe jamais nous dédommager des ravages funeſtes qu'a fait à notre Continent, la maladie affreuſe que les Européens en ont rapportée. C'eſt donc aux Sciences & aux Arts, qui nous ont rendu ces voyages plus faciles, à qui nous devons encore attribuer ces infirmités ; mais l'on verra, dans le cours de cet Ouvrage, que nous en avons bien d'autres à leur imputer, ſans en excepter même la ſcience de la Médecine.

On prétend qu'il eſt de la prudence dans une grande Ville, d'y tolérer les filles publiques. Par ce moyen, dit-on, les honnêtes femmes y ſont plus en ſûreté que ſi l'on étoit trop rigide ſur cette police. Je laiſſe aux fins politiques & aux grands moraliſtes, à réſoudre ce problême pour la partie qui les concerne. Pour moi, qui ne cherche ici ſimplement que le bien phyſique, général & particulier, je dirai ſeulement, & avec beaucoup de confiance dans mon opinion, que ſi on pouvoit faire le parallèle & ſuppoſer deux Etats à nombre égal d'habitans, d'âge & de ſexe, vivant ſous le même climat, ſous le même gouvernement, &c. excepté que dans l'un, il n'y auroit que très-peu de filles publiques, mais où l'on éprouveroit une peſte tous les quinze ans, qui moiſſonneroit chaque fois un vingtiéme des habitans; en le comparant, dis-je, avec un pareil Etat où il n'y auroit jamais d'autres peſtes qu'un grand nombre de proſtituées, telles qu'on en voit dans les grandes Cités, comme Londres, Paris, &c. je crois certainement qu'au

bout d'un ſiécle, on trouveroit ce premier Etat encore mieux peuplé, & ſûrement ſes habitans ſeroient d'une conſtitution de tempérament incomparablement plus vigoureuſe. Je ſuis perſuadé qu'on ſe trouve fort bien en Allemagne de la rigidité des Loix à cet égard.

Rien n'eſt ſi commun que d'entendre dire dans les converſations familières, qu'il faut que le payſan ſoit chargé d'impôts pour exciter ſon induſtrie & rabattre ſon inſolence. Outre que cette maxime ſeroit trop cruelle pour entrer dans le plan des ſages Adminiſtrateurs qui gouvernent & préſident aux Finances, c'eſt qu'elle ſeroit très-vicieuſe en bonne politique dans un Royaume héréditaire. Car comment voudroit-on que de pauvres payſans excédés de travaux & d'impoſitions qui leur ôteroient les facultés de ſe bien nourrir & d'être contens de leur état, puiſſent jamais engendrer beaucoup d'enfans & d'une robuſte conſtitution ? Mais je reviens à l'enfant, mon principal objet.

La mere doit allaiter ſes enfans.

L'on s'attend bien que je vais recom-

mander à la mere d'être la nourrice de ſes enfans. Eh! comment, en effet, l'inviter à ſe ſéparer de cette portion précieuſe d'elle-même, & de l'intérêt commun de leur ſanté ? Car l'on ſait très-bien qu'il en réſulte un double avantage, ſans compter même mille menus ſoins qui ont néceſſairement beſoin de l'œil & du cœur d'une mere, parce que tout autre y eſt indifférent ou inſenſible.

Sera-ce envain que le ſuc laiteux remontera aux mamelles, les parties du corps les plus apparentes, comme pour ſe montrer à la mere, & s'indiquer plus facilement à l'enfant ?

N'eſt-ce pas un ſpectacle des plus honteux, de voir une mere diſputer & refuſer à ſon enfant, une partie de lui-même, & faire des efforts dangereux pour prodiguer indignement ſa propre ſubſtance ? Eſt-ce à cauſe de ſa délicateſſe que j'irai l'expoſer aux funeſtes & terribles ravages d'un lait refoulé, plutôt que de le verſer, ſuivant ſon cours naturel, dans la bouche de celui qui eſt en droit de l'attendre, &

qui lui indique, par le mouvement de ses lévres, le besoin qu'il en a ? Irai-je lui préparer de nouvelles couches périlleuses, en lui conseillant de frauder la nature ; pour en être la premiére victime ?

Si elle est un peu sensible à la perte de ses charmes, & qu'elle veuille les garantir des attaques destructibles d'une longue convalescence, des sueurs forcées, & de mille accidens qui les feroient bientôt éclipser, ne dois-je pas lui conseiller d'allaiter ses enfans, quand ce ne seroit que pour conserver son embonpoint, la fraicheur de son teint, & même la beauté de son sein, puisque la suppression forcée de son lait, dans le tems de sa plus grande affluence aux mamelles, les flétrit cent fois davantage, comme l'expérience le prouve, que de nourrir tous ses enfans * ?

* Toutes les meres en Georgie, nourrissent leurs enfans : aussi elles conservent si bien leurs attraits, qu'à l'âge de quarante ans elles inspireroient encore la plus vive passion à un Européen. Le voyageur Chardin rapporte, que la nature en aucun lieu, n'a répandu plus de graces dans la phisionomie, ni de plus belle taille, & qu'on n'y voit aucun visage qui soit laid. Cette coutume d'allaiter elles-mêmes leurs enfans, leur a conservé depuis bien des siécles, le plus beau sang du monde ; car *Strabon* dit, que nulle part les hommes n'étoient aussi grands & aussi beaux, & que leurs femmes étoient les plus belles de toutes les femmes.

Pourquoi iroit-elle chercher déſormais à grands frais, pour relever ſes appas, des ſecours étrangers qui ne ſont plus ſéduiſans, ſi on peut une fois lui montrer le vrai moyen de les conſerver long-tems dans toute leur fraicheur, & cela, en ſe procurant le plaiſir le plus touchant, & en ſuivant les routes de la nature ?

Ainſi, ce n'eſt donc pas, comme quelques-unes ſe l'imaginent, un droit rigoureux qu'on exerce contre elles, mais plutôt, en interprète de la nature, c'eſt une juſtice qu'on leur repréſente pour l'intérêt de l'humanité, le bien de leur ſanté, & la conſervation de leurs attraits. On peut encore les aſſurer, qu'elles ſatisferont leurs maris, en méritant la plus vive reconnoiſſance de leurs enfans, & qu'elles édifieront le monde, en s'honorant elles-mêmes.

La mere s'éviteroit bien des maladies en pratiquant ce devoir, & l'enfant accoutumé, depuis ſon exiſtance, à une nourriture qui a conſervé ſon être & développé ſon accroiſſement, trouveroit dans ſon analogie, plus de conformité à ſes tendres

organes ;

organes, que dans une nourriture nouvelle & quelquefois assez différente, pour qu'il ne puisse pas la digérer sans qu'il se fasse des efforts dans cette machine délicate, qui en troubleront l'harmonie, & qui peut-être la détruiront tout-à-fait *. Mais il est inutile de répéter ici ce que les Philosophes les plus éclairés, & les Médecins les plus savans, recommandent depuis si long-tems, en prouvant, par le raisonnement le plus solide & surtout par le vœu de la nature, que la mere qui enfante, doit nourrir de ses mamelles pendant un tems, celui à qui elle a donné le jour. Il y a tant de bons ouvrages sur cette matière importante, que je ne m'étendrai pas beaucoup sur les bons effets de ce devoir indispensable dans une mere qui est en bonne santé; j'ajouterai seulement, que la première femme qui s'est affranchie volontairement de ce soin, auroit dû être regardée comme

* J'ai lû quelque part une comparaison assez ingénieuse. L'Auteur dit : Imaginez-vous deux Luths parfaitement d'accord & mis à l'unisson, vous n'aurez encore qu'une image grossière de la parfaite correspondance des parties d'un enfant avec celles de sa mere.

l'opprobre de ſon ſexe ; & comme les malheurs qui viennent de cette indigne pratique, peuvent devenir auſſi ceux de tout un Empire, je crois qu'il ſeroit digne, à tous égards, de la politique d'un grand Prince *, de remettre à honneur un uſage trop négligé, qui eſt ſi eſſentiellement utile au bien phyſique & moral de l'humanité.

J'ai ajoûté le bien *moral*, car ſi l'on convient que l'oiſiveté eſt l'origine de tous les déſordres, rien n'y conduit ſi naturellement que la coutume, dans les meres, de ſe décharger du ſoin de nourrir leurs enfans ; cependant cette occupation raiſonnable eſt aſſurément la ſeule qui leur convienne plus particulièrement ; & ſi l'extrême loiſir des femmes eſt un piége de plus pour les hommes, ſi céla va même juſqu'à les efféminer, quel enchaînement d'accidens multipliés n'en réſultera-t-il pas !

Mais en parlant ici ſeulement aux meres ; je leur dirai : ſi les paſſions d'une femme

* Que peut-il faire pour cela ? Jetter un regard de bonté ſur la mere qui allaite ſes enfans, lui faire connoître qu'il approuve ſes ſoins ; mais ſurtout inviter les Grands d'en donner l'exemple au peuple.

mercenaire, inconnue, vicieuſe peut-être, qui ne vous offre ſes ſecours que par les mains de la miſère, peuvent, par cette voie, ſe tranſmettre à ſon nourriſſon, que ne riſquerez-vous point, meres barbares, de confier à cette étrangère un dépôt auſſi précieux !

Qui vous dira que cette femme n'a pas en elle le germe de tous les vices ? Quelle confiance pouvez-vous donner à une femme qui fait un infâme trafic de cette liqueur qu'elle doit à ſon propre enfant, & qu'elle abandonne, pour un léger profit, à une chétive Nourrice, à qui vous ne voudriez pas confier les vôtres * ?

Mais ſi, par bonheur, ſon ame n'eſt point ſouillée d'autres crimes, qui vous aſſûrera que ſon ſang n'eſt point corrompu, & que votre enfant ne ſucera pas une humeur vicieuſe, qui dérivant d'une ſource impure, portera ſa faulx tranchante dans les tendres racines de ce jeune arbriſſeau ?

* La Chevre qui allaite un enfant (dit-on) reconnoît & accourt à ſa voix. Si on lui préſente un autre nourriſſon, elle lui refuſe la mamelle. O viles nourrices ! quel exemple pour vous, ſi la choſe s'eſt vûe ſeulement une fois.

Et quand bien même il n'y auroit point de vices dans ſon ame ni dans ſon corps, ſavez-vous ſi la liqueur qui ſortira de ſes mamelles, aura le dégré de préparation qui convient aux organes délicats de cet enfant nouveau né, que votre criminelle indifférence abandonne ainſi au hazard?

Que vous vous ſentiriez coupables, meres cruelles, ſi cet enfant pouvoit vous dire: quoi! c'eſt donc ainſi que vous me livrez à des ſoins étrangers..... Vous ne m'avez donc engendré que pour aſſoupir votre paſſion voluptueuſe.... Sans doute que vous ne m'avez porté dans vos flancs qu'avec chagrin, puiſque vous vous débarraſſez de moi auſſitôt que je vois la lumière.... Eſt-ce donc vous déſormais que j'appellerai du tendre nom de mere?... Vous, qui m'arrachez le tréſor dont l'Auteur de la nature vous a fait dépoſitaire pour mon plus grand bien. Non, ce n'eſt pas vous qui méritez un nom auſſi ſaint, puiſque vous fermez vos oreilles & votre cœur à la voix de la nature. Voyez cette chatte, qui ſous vos yeux, tend avec complaiſan-

ce ſa mamelle à ſes petits, & qui en défend avec ſoin l'accès à une main hardie & étrangère. Voyez cette Chienne, qui dans une perpétuelle crainte, ſe prive plûtôt de manger; que d'abandonner un ſeul inſtant à une main téméraire, le fruit de ſes amours. Voyez, vous diroit-il enfin, la Lionne & la Tigreſſe, dépoſer dans leurs forêts, toute leur férocité, pour ouvrir tendrement leurs entrailles à ceux qu'elles ont mis au jour. Oh, femmes vaines & impitoyables! tandis que les bêtes les plus féroces ſe livrent humainement à ce devoir, vous en éloignerez-vous avec inhumanité?

Il paroît que dans la Gréce, du tems de Démoſthene, autant la condition de Nourrice étoit reſpectable dans les véritables meres, autant elle étoit mépriſée en celles qui ſe louoient pour cet emploi. On lit dans ce grand Orateur, l'hiſtoire d'une femme citoyenne, accuſée en Juſtice de s'être louée pour nourrir l'enfant d'autrui, & qui ne ſe diſculpa de l'accuſation, qu'en alléguant la miſère & la fami-

ne qui l'avoient réduite à la bassesse de cette condition.

Quoique dans les Pièces de Théâtre des Anciens, on y voie figurer des rôles de Nourrices, il ne faut pas toujours croire que c'étoient celles qui avoient allaité le héros ou l'héroïne de la Pièce. On appelloit de ce nom toutes les femmes qui soignoient les petits enfans des grandes Maisons; car il paroît ailleurs, que l'on reprochoit à quelques Dames Athéniennes, la licence qu'elles se donnoient, de se dispenser de nourrir elles-mêmes leurs enfans.

Les Romains penserent là-dessus comme les Grecs. Tacite nous dit, que c'étoit une coutume établie dès les premiers tems, que chaque Romaine destinoit son propre lait à son enfant, qui n'avoit jamais d'autre Nourrice. Le reproche que César fit un jour aux Dames de cette Nation, confirme bien cette pratique, en leur disant: qu'au lieu d'enfans, on ne leur voyoit plus porter que des Chiens & des Singes sur les bras.

La terrible, mais juste réponse que ce

jeune Romain, frere naturel des Gracques, fit à sa mere, au rapport de Plutarque, quand elle se plaignit un jour du don modique qu'il lui avoit fait, en comparaison du présent qu'il avoit offert à sa Nourrice, lorsqu'elles avoient été ensemble au-devant de lui après sa victoire, est un exemple bien affligeant pour toutes les meres qui dédaignent de nourrir leurs enfans ; c'est perdre, en effet, le plus beau droit que l'on a sur leur coeur.

Tacite nous dit, que les Germains, ce peuple si redoutable, ne savoient ce que c'étoit que d'abandonner leurs enfans à des Nourrices d'emprunt, & que chaque mere s'acquittoit par elle-même de ce devoir.

Il y a des Nations entières qui font d'une si grande sévérité là-dessus, qu'elles soupçonneroient d'infidélité une femme, & qu'elles la croiroient déshonorée, si par hazard, la nature, faute de lait, l'empêchoit de donner à son enfant une nourriture qui lui appartient de plein droit. Ce qui prouve aussi qu'autrefois cet usage étoit

ordinaire à toutes les meres, c'eſt qu'alors on diſoit d'une femme, qu'elle n'avoit point allaité, pour exprimer qu'elle n'avoit point eu d'enfans.

Un Hiſtorien Eſpagnol rapporte qu'à la Chine, une des principales conditions pour faire admettre une femme dans quelques emplois un pêu conſidérables, c'eſt qu'elle ait nourri de ſon propre lait tous ſes enfans ; parce qu'une femme, diſent-ils, qui n'allaite point ſes enfans, reſſemble bien mieux à une Maîtreſſe ou à une Courtiſanne, qu'à une femme d'honneur.

L'enfant doit ſucer le premier lait de ſa mere, (*le coloſtrum*) c'eſt un petit lait ſéreux, clair, un peu aigre, qui le purge à propos, & lui fait rendre le *meconium*, quand il n'eſt pas entiérement ſorti de lui-même. Le coloſtrum eſt une nourriture que la nature a deſtiné à l'enfant pour lui nettoyer les premières voies, lui éviter des tranchées & pluſieurs autres accidens; c'eſt un grand mal pour lui, que de le priver de cette liqueur bienfaiſante.

Ainſi, depuis le ſecond jour de ſa naiſ-

ſance, l'enfant trouve au ſein de ſa mere, la proportion toute établie qui convient le mieux à ſa conſervation ; & ſi dans le choix d'une Nourrice, je recommande que ſon lait ſoit de quatre ou cinq mois, c'eſt pour prendre un terme moyen, & pour éviter le pire de deux écueils très-dangereux dans une Nourrice étrangère.

S'il y a encore quelques meres parmi les gens qu'on appelle, *comme il faut*, qui ſoient aſſez attachées à leur devoir, pour déclarer qu'elles veulent allaiter elles-mêmes l'enfant qu'elles portent dans leur ſein, auſſitôt un eſſain d'ignorans galonnés, & de bavardes étiques, s'efforcent par maintes platitudes, de lui montrer un tombeau preſqu'ouvert ſous ſes pas, tandis qu'il n'eſt creuſé que dans leur ſotte imagination. Car, puiſque la femme ſupporte bien une groſſeſſe pénible, comment ne ſupporteroit-elle pas les ſoins de la nourriture, qui ne ſont que gracieux? Mais ſi, par une heureuſe diſpoſition d'eſprit, il reſte encore à cette femme vertueuſe un peu de courage pour perſiſter dans ſa louable entrepriſe,

ſon mari vaincu par le préjugé, & ſous le ſpécieux prétexte d'attachement, d'amitié & de tendreſſe, ſe rangera du côté des contradicteurs, pour s'oppoſer de tout ſon pouvoir au bien de ſa femme & de ſes enfans; & s'il falloit encore dans ſon parti des gens de l'art, on ne manqueroit pas d'en attirer quelques-uns par adreſſe & par détours. Doit-on s'étonner, après cela, de trouver ſi peu de femmes dans les Villes, qui puiſſent réſiſter à tant d'obſtacles?

Celles en qui l'amour maternel a des droits plus ſacrés, ne doivent point craindre de s'épuiſer par les veilles; car ſi leurs enfans ſont à leur aiſe & ſans maillot dans leur berceau, deux interruptions, chaque nuit, troubleront à peine leur ſommeil. Elles doivent ſe promettre au contraire, qu'elles fortifieront beaucoup leur tempérament, qu'une longue vie & tout le brillant apanage d'une ſanté parfaite, juſtifiera leur entrepriſe, & les récompenſera amplement d'avoir ſuivi l'inſtitution de la nature dans le plan du Créateur.

C'eſt un bien pour la ſanté

Chez les femmes qui ne nourriſſent pas,

les lochies coulent fort abondamment pendant quarante jours. Après cette excrétion, elles en souffrent pour l'ordinaire une autre de fleurs blanches, parce que la matrice ayant été abreuvée trop long-tems par l'écoulement des vuidanges, son tissu en est extrêmement relâché ; alors cette partie a perdu le ton qu'elle doit avoir, c'est ce qui donne lieu à cette excrétion contre nature, qui incommode les trois quarts des femmes qui ne nourrissent pas. D'ailleurs, elles courent grand risque de laisser engorger les glandes de leur sein, ce qui donne lieu à des cancers ; ou bien elles s'exposent à souffrir un lait répandu, & ces sortes de dépôts sont toujours fort à craindre. L'on sait combien il en coûte souvent à ces meres infidelles, qui ne veulent point se rendre nourrices : les douleurs aigues, ou au moins le trouble qu'elles éprouvent sans cesse dans leur santé, en leur reprochant leur injustice, les en punit très-rigoureusement.

de la mere, que d'être Nourrice.

Les fleurs blanches, qui suivent ordinairement les longues excrétions, affoi-

bliſſent beaucoup plus la poitrine que de nourrir tous ſes enfans; car il n'eſt pas vrai, comme des gens l'inſinuent fort mal-à-propos, que la poitrine ſouffre quand on allaite ſes enfans. Il me ſeroit aiſé de prouver, ſi cela ne me détournoit pas autant de mon ſujet, que ce ſeroit un moyen efficace de ſe conſerver le poumon en bon état *; mais ici je me borne ſeulement à dire, que chez les femmes qui ſont Nourrices, les lochies ne durent que ſept à huit jours, & en petite quantité; auſſi eſt-ce un phénomene de trouver une Nourrice attaquée de fleurs blanches, de cancers, ou de lait répandu. C'eſt encore ici le lieu de remarquer, qu'on voit ſouvent périr des femmes groſſes & des accouchées, mais preſque jamais des femmes Nourrices.

Choix d'une Nourrice.

Si l'on eſt obligé de recourir à une Nourrice autre que la mere, qui doit, comme nous avons dit, allaiter elle-même, autant qu'elle peut, ſon enfant;

* Le célébre Morton, Médecin Anglois, fait obſerver que des meres menacées en apparence de phthiſie par leur maigreur & leur délicateſſe, s'en ſont préſervées en Angleterre, en nourriſſant leurs enfans.

puiſque c'eſt le voeu de la nature, qui a tout diſpoſé en elle pour cela, & qui y a attaché un très-grand bien pour tous les deux, ſi ſa mauvaiſe ſanté, ou enfin des accidens, ne lui permettoient pas de ſe charger de ce ſoin, & qu'il y eût du riſque pour la vie de l'enfant, en ſuçant un mauvais lait, alors il faut choiſir une femme qui approche un peu du tempérament de la mere, qu'elle ſoit âgée depuis vingt juſqu'à trente-cinq ans, d'un lait de quatre ou cinq mois, après un bon accouchement.

La Nourrice qu'on choiſira, doit réunir à une bonne ſanté, de bonnes moeurs. Le lait des femmes rouſſes étant ordinairement aigre, la vôtre aura les cheveux & les ſourcils bruns, ou d'un blond cendré, le regard agréable & une belle carnation. Vous obſerverez ſi ſon haleine eſt douce, ainſi que ſa tranſpiration, ſi elle a les gencives vermeilles & la bouche meublée de belles dents, parce que c'eſt un ſymptôme d'une lymphe de bonne qualité.

Elle doit avoir une ſource abondante

de lait, le ſein d'une médiocre groſſeur; qu'il ſoit détaché de la poitrine, un peu tombant; que les veines en ſoient groſſes, ſaillantes, la papille brune & bien proportionnée.

Son lait doit être blanc, ſans odeur & de peu de ſaveur, pas trop aqueux ni trop épais, d'une médiocre conſiſtance, & qu'il ſe coagule difficilement ſur le feu.

Il faut prendre une Nourrice forte, ſi l'enfant eſt gros, un peu moins, ſi l'enfant eſt délicat, afin qu'il puiſſe tirer, & qu'il ne ſuce pas un lait trop épais ou trop ſavoureux, qui le dégouteroit, & qu'il ne pourroit pas bien digérer.

C'eſt ce qui arrive fréquemment aux enfans qu'on fait nourrir par d'autres femmes; auſſi voit-on ſouvent ces petites créatures rebuter, crier, ſe plaindre, & même battre quelquefois ces meres poſtiches, comme on en a des exemples. Des raiſonneurs à ſyſtêmes font dériver cela d'un mauvais naturel; mais cette aſſertion eſt évidemment fauſſe : il eſt bien plus ſimple d'imputer ce petit déſeſpoir à leur déplaiſir de

ſucer un mauvais lait. Quand je verrai un petit enfant battre le ſein de ſa mere, alors je dirai : cherchez-lui une autre Nourrice ; mais, en attendant, je crois pouvoir aſſurer, que ce même enfant furieux au ſein d'une étrangère, ſeroit fort tranquille à celui de ſa mere, & témoigneroit par des ſignes de joie, le plaiſir qu'il auroit de tirer un bon lait, dont il a tant goûté les attraits. Si l'on voit des enfans ſurmonter par hazard tous les dangers & les obſtacles d'un lait groſſier & étranger, ce n'eſt ſouvent que pour ſouffrir plus long-tems par mille maux qui y ſuccédent, ce qui fait qu'on peuple le monde d'infirmes, & l'Etat de débiles ſujets.

La Nourrice doit être douce, vive, enjouée, même un peu ſans ſoucis, pour qu'elle ne ſe chagrine pas facilement ; il faut qu'elle aime la propreté, & qu'elle ne ſoit ni colérique, ni trop peureuſe : elle doit aller à la ſelle au moins une fois par jour.

Elle doit prendre de bons alimens ordinaires & ſimples, qui ſe digérent bien ; la ſoupe, & ceux qui ſont rôtis ou bouillis,

ſont préférables aux ragoûts aſſaiſonnés de ſel & d'épiceries : les divers légumes, les muſcilages, les farineux, tout cela eſt bienfaiſant quand la Nourrice a un bon eſtomac, & qu'elle eſt accoutumée d'en manger. A l'égard de la ſalade & des fruits acides, c'eſt la diſpoſition de ſon lait qui peut lui en permettre ou lui en défendre l'uſage. Si elle buvoit du vin, il ne faut pas qu'elle s'en prive tout à fait, mais elle doit toujours en modérer l'uſage en le baignant dans beaucoup d'eau : les liqueurs fortes doivent lui être tout à fait interdites.

Elle doit faire un exercice modéré; la grande fatigue, comme l'extrême pareſſe, ſont ici également à éviter. Il vaudroit mieux qu'elle uſât un peu du privilége du mariage, que ſi elle ſe chagrinoit de ne pas voir ſon mari; mais une femme amoureuſe n'eſt pas une bonne Nourrice, il faut pour cela, une femme preſque ſans paſſions.

Ce n'eſt pas aſſez que de trouver d'abord dans une Nourrice toutes les qualités que nous venons d'y requérir, il faut encore qu'elles perſéverent en elle pendant tout

le tems que l'enfant ſucera ſes mamelles. Il faut donc la voir fréquemment avec quelqu'un de l'art, qui obſervera ſon lait, ſon pouls, ſa langue & ſon teint. Il viſitera l'enfant par tout le corps, regardera ſes déjections, & ſe fera rendre un compte exact du régime de vie de l'un & de l'autre. Il verra ſi le lait de la Nourrice ne répugne point au nourriſſon, c'eſt-là la pierre de touche infaillible ſur laquelle il faut faire des expériences réitérées pendant tout le tems qu'il ſucera la mamelle.

Si c'eſt un mal de changer trop aiſément de Nourrice, c'eſt un mal incomparablement plus grand encore de lui continuer un lait qui ſe ſera gâté par une maladie ſurvenue à la Nourrice, par un accident, par ſa groſſeſſe, &c. Les Nourrices avouent plus aiſément leur groſſeſſe qu'une légère indiſpoſition, ou un accident qu'elles auront ſouffert : elles traitent ces dernières choſes de bagatelles, parce qu'elles ſont accoutumées de s'endurcir au mal, mais leur lait n'en eſt pas moins impur ou vicié, & ſi elles s'apperçoivent que leur nourriſſon

ne prend plus cet aliment avec le même plaisir, elles cacheront imprudemment cela avec grand soin, dans la crainte qu'on ne le leur ôte ; les plus sages même en feront autant dans l'espérance de guérir bientôt; cependant l'enfant souffre & pâtit pendant ce tems-là, peut-être qu'il en ressentira de mauvais effets pendant toute sa vie, peut-être même qu'elle en sera fort abrégée. Après des dangers aussi certains & aussi fréquens, les meres qui ne peuvent absolument pas allaiter leurs enfans, se résoudront-elles encore à les perdre de vûe, quand elles les feront nourrir ailleurs? J'entens qu'on va me dire que ce que j'indique, entraîne beaucoup de soins & de dépense : eh bien, peres & meres, donnez-vous des soins *, dirigez sur cela votre dépense, puisque c'est pour l'avantage de vos enfans, c'est-à-dire, pour remplir vos devoirs principaux.

* Tout le monde sait que le sage Caton, qui gouvernoit la République Romaine du tems de sa plus grande splendeur, ne dédaignoit pas de prendre lui-même jusqu'aux plus petits soins pour ses enfans au berceau. L'exemple d'un si grand homme, mérite bien d'avoir ici sa place.

La Nourrice doit habiter un lieu où l'on respire un bon air, un pays de plaines ou de petites monticules, une maison un peu haute, que le soleil éclaire dès le matin, surtout un lieu éloigné des marais & de toutes exhalaisons putrides. Le séjour de la campagne est la seule chose qui dédommage un peu les enfans de n'être pas nourris par leurs meres, surtout celles qui habitent les grandes Villes, dans des rues étroites où les maisons sont hautes, & qui demeurent au rez-de-chaussée, parce que l'air y est toujours infecté, mal-sain à tout le monde, & plus particulièrement encore à l'enfance. Il n'y a pas de doute que c'est un mal à la santé des enfans, que de les faire passer rapidement de la campagne où ils respirent un air pur, dans une grande Ville où ils respireront un mauvais air.

Avantage de la campagne pour la salubrité de l'air.

Les premières années sont dangereuses & très-meurtrières aux enfans, leur vie est alors fort chancelante & mal affermie. Suivant les Tables des dégrés de mortalité du genre humain, que M. Sympson a pu-

bliées en 1742, il paroît qu'à Londres il en meurt plus de moitié dans l'efpace de trois ans. Il faut plus que cela en France, pour qu'un même nombre périffe. Cette différence, qui arrive felon les climats, prouve combien l'air chargé de mauvaifes exhalaifons, eft nuifible aux enfans. Londres eft obfcurci par les fumées du charbon de terre, on refpire par toute l'Angleterre cet air nitreux & fulphureux; l'air eft beaucoup plus pur en France, où malgré la mifère des Nourrices & leur peu de foins, la mort y fait des progrès bien plus lents. La falubrité de l'air eft donc une chofe fi abfolument effentielle pour la confervation de notre efpéce, que nous devrions y faire la plus fcrupuleufe attention.

HABILLEMENT.

Abus du maillot.

Si rien n'eft plus dangereux que de confier à des perfonnes ignorantes ou indifférentes, les foins qu'on doit avoir pour un enfant nouveau né, quels inconvéniens pernicieux ne doit pas avoir de plus le *maillot*, où les mettent à la hâte des payfan-

nes mal-adroites, & en général si peu attentives ?

Un célèbre Académicien * dit à ce sujet : » Les unes abandonnent (les Nour- » rices) leurs enfans pendant plusieurs » heures, sans avoir la moindre inquiétu- » de sur leur état ; d'autres sont assez cruel- » les pour n'être pas touchées de leurs gé- » missemens ; alors ces petits infortunés » entrent dans une sorte de désespoir, ils » font tous les efforts dont ils sont capa- » bles, ils poussent des cris qui durent au- » tant que leurs forces ; enfin ces excès » leur causent des maladies, ou au moins » les mettent dans un état de fatigue & » d'abbatement qui dérange leur tempé- » rament, & qui peut même influer sur » leur caractère.

Mais indépendamment de ces judicieuses remarques, je soutiens, après le même Auteur & plusieurs autres Savans & Médecins, que l'usage du maillot est pernicieux à tous égards, si l'enfant n'est pas contre-

* M. de Buffon.

fait; car si l'on parvient sans cela, à garantir les petits enfans d'un froid trop vif, ce qui est fort aisé, je ne vois plus qu'une multitude d'inconvéniens dans la pratique de cette mauvaise méthode.

D'abord le maillot, quand je le supposerai ici bien fait, (ce qui est moralement impossible d'espérer de la part d'une Nourrice ordinaire) gênera beaucoup l'enfant, en lui ôtant la faculté de se mouvoir; cependant il est très-nécessaire, pour accroître & fortifier ses petits membres, qu'il puisse les exercer librement; mais si ses jambes, ses pieds, ses genoux, comme il arrivera infailliblement, sont serrés, sans être bien dans la direction qu'ils doivent avoir, alors cela dérangera leur ordre & leur distribution, & n'ayant plus leur extension naturelle, il en arrivera des difformités qui n'auroient point existé, si on avoit laissé à la nature la liberté de conduire & de diriger elle-même son ouvrage, sans peine & sans contrainte.

Le maillot inquiéte, irrite, échauffe trop l'enfant, il lui cause une espéce de

douleur en le comprimant ; alors les efforts que fera cet enfant pour s'en débarrasser, feront bien plus capables de nuire à la conformation des parties de son corps, que les mauvaises situations où il pourroit se mettre, s'il étoit en liberté dans un lieu tempéré. Je ne conçois pas d'ailleurs, comment un enfant en si bas âge, qui, par l'inaction de ses sens, dort la plus grande partie du jour & de la nuit, que la faim seulement, ou la douleur qu'il éprouve du maillot, réveille, puisse faire des mouvemens capables de corrompre l'assemblage de son corps : il est bien plus aisé de concevoir, que les mouvemens forcés que l'enfant se donnera dans le maillot, pour se débarrasser de ces détestables liens, lui causeront des cris & des gémissemens qui peuvent lui occasionner une descente, nuire à ses digestions, & altérer beaucoup la constitution de son tempérament.

L'usage libre de ses petits membres, est très-bon à l'enfant pour exercer ses petites forces ; il ne faut donc pas gêner, par les entraves du maillot, des mouvemens que

son instinct & la nature demandent par ce petit exercice, qui lui est si nécessaire pour se fortifier.

Si la poitrine d'un enfant est serrée par le maillot, cela diminuera son diametre; étant ainsi rétrecie, elle sera par conséquent moins belle, & surtout moins bonne; car une forte compression sur des parties susceptibles d'impression & d'accroissement, comme sont les ligamens, les cartilages & les os d'un enfant nouveau né, peut causer de grands ravages dans l'oeconomie animale. On a dit tout recemment *, que des embarras dans les viscères, des obstructions dans les glandes, des engorgemens dans les vaisseaux, sont souvent les tristes suites de cette violente compression, qui a détourné les sucs nourriciers destinés à l'accroissement de certaines parties, pour les faire refluer sur d'autres, qui en ont été trop abreuvées. On ajoute avec raison, combien de poitrines foibles & d'estomacs débiles, parce que les vaisseaux qui

* Voyez l'Encyclopédie, au mot *Emmaillotement*, pris dans l'Orthopédie.

distribuent les liqueurs dans ces viscères, sont privés de leur ressort, pour avoir été trop comprimés ?

La poitrine d'un enfant ne doit donc jamais être comprimée, afin que le jeu de ses poumons se fasse librement, & qu'ils puissent s'étendre en tout sens, pour le faire respirer plus aisément ; or sa respiration sera d'autant plus facile & louable, que sa poitrine aura plus d'étendue. Il ne faut donc pas serrer par le maillot cette boëte osseuse & flexible, qui perdroit de sa capacité par cette compression, ce qui deviendroit pour l'enfant, une source féconde de diverses infirmités.

Son estomac doit être aussi à son aise que sa poitrine, sans quoi il ne pourra pas contenir la doze d'alimens nécessaires pour la nourriture & l'accroissement de son corps. Il n'y a pas de doute que si l'estomac est serré par les bandes du maillot, la digestion ne se fera que très-imparfaitement, & si le foie, qui est bien plus gros en proportion dans l'enfant que dans l'adulte, est aussi comprimé, il pressera le fond de l'estomac,

occasionnera des convulsions à ce viscere, & de fréquens vomissemens à l'enfant, qui altéreront sûrement sa santé pour le reste de ses jours.

L'on remarque que l'enfant qui crie au maillot, cesse ses plaintes & donne des signes de joie, quand on le démaillotte pour changer ses linges. Il se peut faire que s'étant vuidé de ses excrémens, cela l'incommode, & contribue beaucoup à ses criallemens; mais l'enfant dans le maillot, ne crie pas seulement quand il s'est vuidé, ou quand il a faim, c'est donc autre chose qu'il demande, & s'il arrive qu'on le démaillotte, quoiqu'il ait faim, on voit par sa joie & ses mouvemens, que c'étoit encore plus la liberté qu'il desiroit, que la mamelle; c'est ce qu'on peut remarquer quand on lui remet le maillot, après lui avoir donné de la nourriture, car alors ses cris recommencent comme auparavant, & ce qu'il y a de bien étonnant, c'est qu'on a la bêtise ou la cruauté de ne pas s'en appercevoir, ou d'y être insensible.

Mais quand je supposerois ici (ce que je

ne crois pas) que l'enfant ne crie uniquement que dans le tems que ses ordures l'inquiétent, je trouverois encore que cet inconvénient fourniroit une raison de plus pour ne pas faire usage du maillot, parce qu'il exige beaucoup de tems & de précautions. Or, je demande, si une mere qui ne veut pas nourrir son enfant, peut raisonnablement espérer de trouver une Nourrice, qui, pour un très-modique salaire, aura la capacité, sera assez attentive, assez soigneuse & assez active, pour réitérer si souvent tant de peines & de soins importans? N'est-il pas plutôt naturel de croire, que quand l'enfant se sera vuidé dans son maillot, il y restera plus long-tems dans la pourriture & le mauvais air, que si l'on pouvoit, sans peine, le changer d'abord qu'il se plaint?

Je crois donc qu'il est très-difficile de bien emmaillotter un enfant, & je crois, avec cela, que l'emmaillottement le mieux fait, est pour le moins inutile; mais que s'il n'est pas fait dans la plus grande perfection, dès-lors il est si nuisible à l'enfant,

qu'il en deviendra rachitique & contrefait; que sa poitrine en sera considérablement altérée, que son estomac en souffrira beaucoup, enfin, qu'il en ressentira de mauvais effets toute sa vie, qui certainement en sera fort abrégée.

J'ignore de quelle datte est l'extravagante pratique du maillot. Il y a apparence qu'il ne doit son origine qu'à la coupable indifférence de quelques Nourrices mal-avisées, qui mirent ainsi leurs Nourrissons, pour courir à d'autres soins, & qu'elles crurent en avoir assez fait de les garantir seulement du froid.

Ou bien, auroit-on essayé d'emmaillotter des enfans contrefaits, & étant parvenu ainsi à redresser quelques parties de leur corps mal conformées, auroit-on cru qu'il falloit, à cause de cela, le mettre tout entier à la gêne? car de tout tems, on a sû abuser des meilleures choses.

Pour moi, je préférerois encore au maillot, s'il en étoit besoin, la négligence extrême des Négresses, qui mettent, sans façon, leurs enfans par terre, tandis

qu'elles s'occupent à travailler aux champs. Quand l'enfant (nous dit-on) a besoin de nourriture, il monte sur une des hanches de sa mere, il la serre avec ses genoux & ses pieds, & avec ses mains il va chercher la mamelle, il la suce jusqu'à ce qu'il en ait assez, alors il se laisse tomber & s'endort, en attendant que l'appétit vienne le réveiller pour recommencer encore le même train, & cela, sans que la mere se dérange en rien de ses travaux.

Ce qu'il faut faire au lieu de les emmaillotter.

Un enfant nouveau né, en qui il ne paroît point de vice de conformation, doit être mis tout simplement dans des linges doux & bien secs; on doit l'envelopper ensuite, sans le serrer, dans une petite couverture de laine, en faisant rabbattre un linge doux, pour qu'elle ne touche pas son visage délicat. On le placera ainsi sur un petit matelas uni, dans un berceau dont les rebords matelassés, si l'on veut, surpassent de six ou huit pouces l'enfant, qui sera étendu dedans horisontalement; on le mettra sur le côté, pour favoriser la sortie des flegmes qui lui embarrassent la

trachée-artère: leur iſſue facilite beaucoup ſa reſpiration. L'on aura ſoin de les ôter à meſure qu'ils ſortiront, plus il en rendra ſans avoir la poitrine comprimée, moins il ſera expoſé à une toux opiniâtre qui donne ſouvent lieu à des accidens très fâcheux.

On préfere ordinairement de mettre l'enfant ſur le côté droit dans ſon berceau, dans l'intention ſans doute que ſes alimens ſortent par le pilore, ſans remonter contre leur propre poids, pour couler dans les inteſtins; cette attention peut avoir quelque choſe de bon, mais il vaut mieux encore le mettre tour à tour ſur les deux côtés, parce que, outre que l'eſtomac change un peu de direction, quand il y a des alimens dedans, c'eſt que d'ailleurs une poſition trop conſtante, auroit à cet âge, des inconvéniens d'une plus dangereuſe conſéquence.

L'on doit garantir du grand froid les enfans pendant les premiers tems de leur vie, parce qu'il leur occaſionne ſouvent le rhume ou la diarrhée, & quelquefois tous les deux enſemble.

On fera bien de leur mettre une petite camisole de laine où il y ait des manches qui leur couvrent les bras : car ces parties sont très sensibles au froid chez les enfans ; cette brassière doit descendre jusqu'au nombril, & s'attacher par derrière : cela soutiendra suffisamment leur petit corps, sans le gêner nulle part. Il est certain que si les peres & meres observoient un régime de vie plus austère, il faudroit moins garantir du froid leurs enfans, & qu'il en résulteroit un très-grand bien pour leur tempérament & même pour leur vie ; mais chez des Sybarites, on ne verra jamais d'Hercules.

Il faut tenir les enfans le plus proprement que l'on peut, parce que cela leur facilite une douce transpiration, & que la propreté entretient chez eux la gaieté & le plaisir, ce qui met les esprits animaux en action, favorise la circulation, & par conséquent, la nutrition de toutes les parties.

M. de Buffon nous apprend encore, que ce soin est si nécessaire, que les Sauvages mêmes y sont attentifs. Cet illustre Auteur ajoûte : quoique le linge manque aux Sau-

vages, & qu'il ne leur ſoit pas poſſible de changer auſſi ſouvent de pelleterie, que nous pouvons changer de linge, ils ſuppléent à ce défaut, en mettant dans les endroits convenables, quelque matière aſſez commune, pour qu'ils ne ſoient pas dans la néceſſité de l'épargner.

Ayez donc ſoin de changer leurs linges d'abord qu'ils ſont mouillés ou mal-propres, ſans quoi les enfans reſpirent un mauvais air, il leur vient des rougeurs aux aines, aux feſſes, &c. cela leur cauſe des démangeaiſons & des cuiſſons qui agitent & tourmentent beaucoup ces petites créatures; c'eſt donc encore ici un avantage de n'avoir point de maillot, parce que ce changement ſe faiſant alors plus promptement, il eſt vraiſemblable que la Nourrice le fera plus fréquemment.

J'approuverois fort l'uſage où l'on eſt en Turquie, de laiſſer un vuide au berceau & au petit matelas de l'enfant, pour l'écoulement de ſes excrémens, ſi l'on avoit ſoin de vuider ſouvent le vaſe où ils tombent, & de laver le bourlet qui le borde; mais

mais cette aisance seroit peut-être un prétexte de plus pour la négligence de nos Nourrices, & la vigilante tendresse d'une mere n'en a pas besoin. Cette pratique dans l'Orient, dérive de la Loi Musulmane, qui prétend qu'on est souillé par cet attouchement.

Cas particulier où le maillot est nécessaire.

La méthode d'emmailloter ne doit être admise, que dans le cas où les pieds, les jambes, les genoux ou les cuisses de l'enfant, exigeroient une position contrainte, afin de parvenir à les redresser s'il y paroissoit quelque vice de conformation. Il faudroit alors faire usage de plusieurs petits coussinets unis, placés à propos par quelqu'un d'assez habile pour contenir uniquement ces parties difformes dans la direction qu'elles devroient avoir naturellement; car si l'enfant, qui ne cesse de remuer, peut les déranger, & qu'il soit serré dans cette mauvaise position, il est à craindre que ces parties molles & délicates, étant ainsi comprimées, ne fassent naître des difformités plutôt que de les corriger; inconvénient qui arrive presque toujours dans le maillot ordinaire.

NOURRITURE.

Avant que de leur préſenter le mamelon, il eſt bon d'obſerver s'il eſt propre, & d'en faire ſortir quelques gouttes de lait, avec leſquelles on le lavera un peu.

On doit leur donner à tetter de deux en deux heures, en plein air, tant qu'on peut, & peu à la fois ; quand on tarde davantage, ils ſe gorgent de nourriture, ce qui fait qu'ils digérent mal.

Je dis qu'on doit ſe mettre au grand air quand on leur donne la mamelle, parce qu'on ſait que plus l'air aura de reſſort, plus il facilitera la ſuccion aux enfans, & que dans un air rarefié, comme dans une chambre bien fermée, ils ne pourroient, ſans les plus grands efforts, tirer un peu de nourriture.

On proportionne les intervalles qu'on laiſſe pour leur donner à tetter, à la quantité de nourriture qu'on leur donne chaque fois, c'eſt-à-dire que pendant les ſix premières ſemaines de leur vie, on leur donne moins de lait à la fois, mais auſſi on leur en donne plus fréquemment, ſans cepen-

dant les éveiller dans la nuit pour cela * ; enforte qu'en augmentant infenfiblement la nourriture dans chaque repas, à mefure qu'ils croiffent & qu'ils approchent du troifiéme mois, on peut faire les intervalles un peu plus longs. Au refte, c'eft plutôt l'appétit, le fommeil & les plaintes des enfans qui conduifent ordinairement leur régime, que le raifonnement général que nous faifons ici; mais fi ce raifonnement ne doit pas être tout-à-fait les voiles qui conduiront le vaiffeau, faites en forte du moins qu'il en foit un peu le gouvernail.

Il arrive quelquefois que la langue eft tellement bridée en-deffous par une membrane qu'on nomme le *filet*, que l'enfant ne peut pas la remuer affez librement, pour l'aider à fucer le mamelon de fa Nourrice, & en tirer une nourriture fuffifante; c'eft à quoi l'Accoucheur doit prendre garde, en examinant d'abord, comme nous avons dit, toutes les parties du nouveau né; mais

* Ils ne manqueront pas de s'éveiller d'eux-mêmes, quand l'appétit les follicitera; & s'ils font en liberté dans leur berceau, l'on fera fûr alors que c'eft la faim qui les éveille, & non pas la gêne ou la douleur qu'ils reffentent dans le maillot, comme il arrive fi fréquemment.

quelquefois il ne lui eſt pas poſſible de bien obſerver celle-ci, c'eſt en lui préſentant la mamelle quelques jours après, à un pouce de diſtance, qu'on le voit mieux; cela lui fera tirer la langue, ſi elle eſt libre, mais ſi on la croit gênée, on appellera un Chirurgien intelligent, pour l'examiner & la débrider, s'il le faut. Cette opération, toute ſimple qu'elle eſt, exige une attention dont on ne doit pas ſe croire aiſément capable; il faut bien ſe garder de la faire ſoi-même, comme quelques Nourrices imprudentes oſent le pratiquer.

Une Nourrice un peu attentive (il n'y en a guére) ſait bien diſcerner les cris que ſon nourriſſon fait dans les douleurs de tranchée, &c. d'avec ceux que la faim lui occaſionne. D'abord elle obſervera s'il y a plus de deux heures qu'il ne l'a pas tettée, & dans ce cas, elle y apportera naturellement le ſecours de la mamelle; mais dans le cas des tranchées, on obſervera que ſes cris ſont plus aigus & moins ſuivis; en outre, il aura le ventre ſenſible, dur & un peu enflé, alors il ne faut pas toujours lui

donner le tetton, parce qu'on ne feroit peut-être que lui augmenter ſa douleur ; il y a quelquefois des ſecours plus efficaces dans le beſoin, que la Médecine enſeigne & dont je ne parlerai pas, parce qu'ils entrent dans la claſſe des remédes. J'ajoûterai ſeulement, que j'ai lieu de croire que ſi on proſcrit le maillot, on évitera bien des tranchées aux enfans.

Un jeune Médecin *, déja célèbre dans la littérature, & dont les ouvrages ne m'ont pas été tout-à-fait inutiles, prétend que, dans nos mœurs, on ne doit plus nourrir les enfans avec du lait de femmes, pas même avec celui que la nature porte tout exprès dans le ſein de la mere après ſon accouchement, pour alimenter celui qu'elle vient de mettre au monde. Cet Auteur, qui a eu ſans doute plus particulièrement en vûe les femmes des grandes Villes, ſoutient ſon nouveau ſyſtême, en diſant, que ſi les femmes anciennement faiſoient bien de nourrir elles-mêmes leurs enfans, celles

* Dans le tems de l'impreſſion de cet ouvrage, le Public a appris avec douleur, la mort ſubite de cet aimable Savant.

qui vivent dans ce siécle, feront bien aussi de ne pas les nourrir avec leur lait, ni avec celui d'autres femmes, parce que le genre humain est devenu trop vicieux & s'est trop corrompu. Il prétend d'ailleurs qu'une analogie soutenue, est préjudiciable à l'espéce humaine, qu'il faut l'interrompre, si on ne veut pas qu'elle s'abâtardisse, qu'on doit croiser les races dans les mariages, en faisant épouser les naturels du pays avec des Etrangers, pour ne pas accumuler les vices héréditaires de chaque race. Il donne pour exemple, que les graines toujours semées dans le même sol, dégénérent, que la progéniture des animaux qui s'accouplent avec ceux du même canton, est d'une moindre espéce que celle qui est produite par le concours d'un animal d'une autre Province.

Je ne sais pas si ce raisonnement, spécieux à quelques égards, est fondé sur des observations bien solides, mais je ne crois point du tout qu'on en puisse faire ici l'application, jusqu'à priver le nouveau né de cette nourriture élémentaire, que la nature

toujours ſage dans ſes vûes, fait abonder, quand il le faut, dans le ſein d'une mere en bonne ſanté, pour ſervir à la conſervation & à l'accroiſſement de ſon enfant, & que, nonobſtant cela, il faille donner la préférence au lait des animaux, parce qu'ils ſont moins ſujets que les femmes, aux fâcheuſes impreſſions du corps & de l'eſprit. Je crois plutôt que rien ne va à l'enfant comme la ſubſtance dans laquelle il a été conçu, & que la nature, qui fait tout pour le mieux, donne une préparation graduelle au lait de la mere, qui convient parfaitement ſans doute à la diſpoſition des organes de ſon enfant, c'eſt-à-dire, que le lait de la mere a une telle préparation le premier mois, que cette nourriture eſt préciſément celle qui convient plus particulièrement à l'enfant de cet âge; qu'enſuite ce lait eſt préparé de nouveau par la nature, pour ſatisfaire à des organes plus forts. C'eſt donc cette même analogie, contre laquelle notre Auteur s'éleve, que je crois ici très-favorable aux couloirs délicats d'un enfant nouveau né; car, com-

me le ſuc nourricier ſe prépare dans la mere pour l'enfant, tout ſe range & ſe meſure en lui pour le recevoir ; ſes vaiſſeaux tendres & ſuſceptibles de ſituations & de capacités qui leur conviennent, ſe ployent & ſe tournent de manière à perfectionner & à faire croître ſans danger ſon petit corps.

S'il m'étoit permis d'entrer ici dans des vûes plus étendues, je pourrois hazarder de dire, ſans trop de témerité, que vraiſemblablement le moral y gagneroit encore beaucoup, & qu'il y a lieu de croire que cela préviendroit la décadence de pluſieurs familles, dans leſquelles on verroit régner bien plus d'union & de concorde qu'il n'y en a ordinairement ; car l'extrême différence dans la qualité des ſucs nourriciers, dont chaque enfant s'alimente à cet âge de foibleſſe, où la réflexion n'agit point, n'eſt peut-être pas ſi éloignée que l'on penſe, de la diverſité de leurs caractères, & d'une certaine antipathie qui les diviſe quelquefois ſi cruellement entre eux ; mais ceci eſt hors de mon ſujet, ſur lequel je me hâte de revenir.

Malgré ce que nous venons de dire, il faut pourtant convenir qu'il vaudroit encore mieux donner aux petits enfans du bon lait d'animaux, que du mauvais lait de femme, que le bon lait de femme eſt peut-être plus rare que le bon lait de vache, de brebis, de chévre, d'aneſſe, &c. mais à qualité égale, celui de femme eſt toujours bien préférable; c'eſt une ſubſtance qui n'eſt ni entièrement animale, ni entièrement végétale, elle convient donc mieux à l'enfant qui a été nourri de cette même ſubſtance, depuis le moment où il a été formé dans la matrice de la femme. Si la mere eſt bien ſaine, & qu'elle tire cette ſubſtance de ſes mamelles, ce ſera, ſans contredit, un moyen de plus pour que l'enfant s'en trouve bien, parce qu'il ſera déja familiariſé, pour ainſi dire, avec cette nourriture, qui lui eſt toute naturelle. Je conclus, d'après cela, qu'on ne doit avoir recours au lait des animaux dans les ſix premiers mois de la naiſſance, que lorſqu'on n'en trouve pas de bon dans les femmes.

Si le lait des animaux rend ſouvent la ſanté aux malades, cela ne ſuffit pas pour n'en conſeiller pas d'autres aux enfans nouveaux nés; car le bon lait de femme n'eſt pas moins efficace aux adultes infirmes, qui ne répugnent pas à en prendre. Ce reméde ne ſeroit peut-être pas tant négligé par les Médecins, ſi on pouvoit aiſément le mettre en pratique. N'eſt-il pas raiſonnable de croire que, par ſon affinité, les enfans le digéreront mieux que celui d'animaux, qu'il s'aſſimilera mieux avec leur ſang, préciſément à cauſe qu'il y aura plus d'analogie ? La Phyſique nous démontre ce phénomene dans toute la nature : or, ſi ce lait eſt d'une bonne qualité, en s'aſſimilant aiſément, il nourrira mieux l'enfant, & lui donnera une meilleure chair. Il faut donc chercher ce bon lait, vous le trouverez dans la mere, ou au moins dans la Nourrice, ſi elles réuniſſent tout ce que nous avons deſiré trouver en elles pour cela; ſinon, il faudra y ſuppléer, en recourant au lait des animaux. Voyons à préſent celui auquel nous donnerions la préférence.

Au défaut de bon lait de femme, on peut donner aux enfans du lait d'animaux; & s'il est vrai que les dispositions de notre corps participent de la qualité des alimens que nous avons pris, surtout dans notre enfance, chaque Nation, ce me semble, devroit faire choix d'un lait, qui pourroit tempérer ou donner plus d'activité à son sang & à ses humeurs. Dans cette hypotèse, tous les peuples du nord de l'Allemagne feroient bien, par exemple, de donner à leurs enfans du lait de chévre, pour atténuer leurs humeurs, & provoquer une circulation qui est trop lente chez eux; peut-être qu'on parviendroit par-là, à leur donner plus de gaieté, plus de vivacité dans l'imagination & dans le corps, car l'on sait que la chévre est folle & badine, qu'elle aime à sauter, à gambader, que sans doute ses humeurs sont bien divisées, & que son lait doit participer de cette grande atténuation. Au contraire, les peuples d'Italie, dans le même systême, ne donneroient que du lait de vache à leurs enfans, afin de ralentir le cours

rapide de leurs fluides, de les rendre plus forts, plus eſſentiels, plus ſolides & moins frivoles. Les autres peuples pourroient partir d'après ces deux points oppoſés de direction.

La population ſeroit-elle moindre, ſi les meres allaitoient leurs enfans?

L'eſtimable Auteur que je viens de citer, croit, que ſi les meres nourriſſoient leurs enfans, la population de l'Etat en ſouffriroit. Je vais entreprendre de le diſſuader là-deſſus, & tâcher de prouver à tous ceux qui pourroient penſer comme lui à cet égard, que ſi les meres nourriſſoient elles-mêmes leurs enfans, ce ſeroit un moyen ſûr de peupler le monde d'un plus grand nombre de bons & de robuſtes citoyens.

Une mere ſaine & bien conſtituée, qui allaite ſes enfans, bien loin d'y perdre ſa ſanté, la fortifie ; c'eſt un fait qu'un plus grand examen ne feroit que confirmer de plus en plus. (Je parle ici d'une mere d'un aſſez bon tempérament, & non pas d'une femme abſolument phthiſique, ou qui s'alimente mal, non plus que d'une Nourrice pauvre & mercenaire, qui allaite quelquefois deux enfans en même tems.)

Cette mere, dis-je, qui allaite ſon enfant, prendra, ſi l'on veut, beaucoup de peines; mais cette peine, après-tout, qui n'eſt pas ſi grande pour une femme un peu intelligente *, n'eſt preſque rien pour une mere qui la prend ordinairement avec plaiſir.

L'attouchement des lévres d'un petit enfant, produit dans le cœur d'une mere un peu ſenſible, le ſentiment le plus délicieux. Elle ne peut voir ſes graces naïves & touchantes, ſes geſtes, ſes mouvemens, & même juſqu'à ſon ſommeil, qu'elle ne reſſente les tranſports d'une douce volupté. De-là viennent ces impreſſions de tendreſſe, que des femmes étrangères & groſſières éprouvent ſi ſouvent pour leurs nourriſſons.

Si l'attachement qu'une mere prend infailliblement à ſon enfant, lui donne, de tems en tems, quelques légères inquiétudes, la ſatisfaction intérieure qu'elle reſ-

* La peine eſt en raiſon inverſe de l'intelligence & de l'adreſſe; c'eſt-à-dire, que moins on a d'intelligence & d'adreſſe, plus on a de peine pour faire la même beſogne, quand elle n'exige pas trop la force du corps. C'eſt ce que tout le monde remarque, & que peu de gens obſervent bien.

ſent à remplir ſes devoirs, lui donne auſſi une joie ſi douce & ſi agréable, que la circulation ſe fait chez elle à merveille, ce qui lui donne un appétit conſtant & bien réglé, qui répare abondamment ſes forces. Quand le tems de ſevrer ſon enfant arrive, la mere, triomphante de ſon ouvrage, eſt d'une agréable humeur, elle n'eſt point attaquée de fleurs blanches, ni d'aucunes de ces infirmités qui nuiſent à la conception, ou qui produiſent l'avortement, & qui ſont ſi fréquentes chez les femmes qui ne nourriſſent pas. Alors le mari bien repoſé, ſans cependant que je veuille l'aſtreindre de toute néceſſité à une continence trop rigoureuſe envers ſa femme, car il vaudroit mieux encore qu'il l'approchât pendant qu'elle eſt nourrice, après le quatriéme mois, au riſque même de la rendre enceinte, ce qui eſt aſſez rare, que de porter ailleurs ſes familières careſſes : mais ſi la ſaine raiſon & le bonheur de ſa famille, ont quelque empire ſur l'eſprit & le cœur de ce bon pere, il attendra quelques mois de plus ; alors, dis-je, tout plein d'eſtime & du plus

parfait attachement pour ſa femme, dans laquelle il trouvera autant de fois une maîtreſſe chérie, il ſe livrera ardemment à ſes tendres careſſes; un enfant vigoureuſement conçu, ſera immédiatement le fruit de leurs chaſtes embraſſemens; car l'on ſait qu'une femme devient plus féconde après avoir nourri, & que ce moyen eſt employé très-efficacement par les bonnes citoyennes, qui deſirent une nombreuſe poſtérité; enſorte qu'une mere qui allaite tous les fruits de ſon union conjugale, peut, ſans anticipation, faire aiſément ſix enfans en douze années de mariage; & en les nourriſſant elle-même, il eſt à préſumer qu'elle les conſervera tous, pleins de vie, & bien portans. Ces enfans, à leur tour, étant bien conſtitués, ſeront plus propres à la génération, & ſe perpétueront dans une lignée nombreuſe & pleine de vigueur. Après ces courtes obſervations, doit-on craindre, par cette pratique, la dépopulation des Etats?

OBSERVATIONS.

Les enfans ſont ſujets à un grand nombre de maladies, par exemple, aux deſcentes, aux vers, aux glaires ou coqueluches, aux dévoiemens, &c. Le relâchement des fibres, & les cris aigus, cauſent les deſcentes. Les vers ſont occaſionnés par les aigres & les glaires. Les autres maladies dérivent toutes des mauvaiſes digeſtions. Il faut, pour prévenir ces vices de l'eſtomac, leur interdire l'uſage des bouillies, comme nous le dirons ci-après. Et dans le cas où l'on voit que les digeſtions ſe font mal, on peut ſe permettre de leur faire uſer par jour, la valeur d'une cuillerée de bon vin ordinaire, parce que les corps gras & huileux ne ſe diſſolvent que par le moyen des ſpiritueux.

Moyens d'inſtruire les Nourrices.

Quels avantages pour un peuple, ſi toutes les meres ſaines nourriſſoient leurs enfans, ou, au moins, ſi les Nourrices plus inſtruites, n'ignoroient pas, ſur leur métier, un nombre infini de particularités auſſi ſimples & auſſi aiſées à pratiquer, qu'elles

qu'elles ſont utiles & eſſentielles à la conſervation du genre humain !

Il me ſemble que ſi on obligeoit les Paſteurs des Egliſes de la campagne, de s'inſtruire ſur cette importante matière, & d'inſtruire, à leur tour, les Nourrices dans certains jours ; ils pourroient, par des explications élémentaires, leur apprendre, ſur cet objet, mille choſes eſſentielles qu'elles ignorent toutes ; & qu'elles devroient connoître pour le bien de leurs nourriſſons & de l'humanité. Je crois certainement que ce ſeroit un moyen de conſerver tous les ans à l'Etat un grand nombre de citoyens, qui périſſent malheureuſement, ou qui reſtent infirmes, par la faute ou par l'impéritie de leurs Nourrices.

Si ces inſtructions utiles & vraiment paſtorales, bien dignes ſans doute d'un Miniſtre de Dieu, étoient en même tems accompagnées de quelques récompenſes pour la Nourrice qui ſe diſtingueroit le plus dans la théorie & dans la pratique de la meilleure méthode de nourrir & d'élever les enfans, l'on trouveroit les campa-

gnes peuplées de ſages Nourrices, qui inſtruiroient leurs filles dans cet important métier, alors on ne verroit plus dans ces ſortes de gens, comme on voit partout, une ſtupide & barbare ignorance, qui fait gémir l'humanité, en l'accablant des plus grands maux.

Si l'on m'objecte que ces fonctions ne ſont pas compatibles avec la dignité du Sacerdoce, eh bien, j'oſerai inviter tous les Chefs qui préſident dans chaque Gouvernement, de diſtribuer dans les divers cantons des pays ſoumis à leur domination, un nombre ſuffiſant de Médecins ou de Chirurgiens, capables à tous égards de remplir dignement cette importante fonction. On peut les aſſurer d'avance, que cet argent employé auſſi utilement à la campagne, pour la conſervation des citoyens, produiroit, tous les ans, l'avantage le plus conſidérable à l'Etat en général.

Sur les effets de la lumière.

La lumière ne doit pas être vive dans la chambre où l'on a mis l'enfant dans ſon berceau, afin de ne pas cauſer un violent

ébranlement au foible organe de sa vûe. Elle ne doit point venir de côté, mais par derrière ; ou en face, si elle est assez douce. Il faut qu'elle soit toujours égale pour les deux yeux. On doit avoir la même précaution, quand on pose le soir une lampe dans sa chambre, car l'enfant peut se rendre louche en fixant ses regards toujours du même côté ; ce qu'il ne manquera pas de faire sur celui d'où la lumière vient. Cette habitude trop constante, peut aller même jusqu'à lui rendre le cou de travers, & l'incommoder beaucoup dans la suite. Les Nourrices doivent aussi prendre garde, quand elles leur présentent quelque chose, de ne pas tant l'approcher de leurs yeux, parce qu'insensiblement les enfans s'accoutumeroient à regarder les objets de trop près.

Quand l'enfant s'éveille & qu'on le léve de son berceau, il ne faut jamais l'exposer tout-à-coup au grand jour, parce que cela lui ébranle si fort l'organe de la vûe, que les nerfs de cette partie délicate, entrent en convulsion ; ce qui fait qu'on voit les

enfans clignoter violemment. Il peut naître de cette imprudence des accidens si graves à la vûe, que cela est très-capable de les rendre aveugles, ou d'altérer leurs yeux pour toujours. La précaution de ne pas voir tout-à-coup le grand jour en sortant des ténébres, est même bonne à tout âge. L'experience & la connoissance de la structure de l'œil, nous démontrent évidemment la nécessité de cette sage précaution. Si je prétens ailleurs, qu'on doit coucher dans un lit sans rideaux depuis l'âge de cinq ou six ans, je ne prétens pas empêcher pour cela d'en avoir un d'une étoffe verte au-devant de ses fenêtres.

Pour qu'il respire un bon air.

La Nourrice étant dans son lit, doit se lever toutes les fois qu'elle donne à tetter à l'enfant, parce que le sommeil peut aisément la surprendre, ce qui exposeroit la vie de son nourrisson.

Le berceau de l'enfant ne doit pas être à côté & sous les rideaux du lit de la Nourrice, parce que l'air n'y est pas assez pur. Il doit être aussi couvert de manière que l'air puisse toujours s'y renouveller, sans quoi,

l'enfant respire un air fœtide & impur, qui a perdu son ressort, & qui porte son poison subtil dans la poitrine de cet enfant, qui ne peut presque plus respirer, ce qui dégénere au moins en une courte haleine, dont il sera incommodé toute sa vie, qui en sera sûrement abrégée.

Abus de les bercer.

Ne bercez jamais les enfans pour les endormir, c'est une mauvaise méthode qui peut causer de très-fâcheux effets dans leur cerveau encore trop tendre; cela ne les endort que parce que cela les étourdit. D'ailleurs la digestion ne se fait pas si naturellement. Ce balottement peut occasionner des vomissemens à l'enfant, aigrir ou altérer le lait qu'il a encore dans l'estomac, & lui procurer de violentes tranchées. Il n'y a point d'inconvéniens de laisser en repos & en liberté un enfant dans son berceau; l'inaction de ses sens le portera toujours assez au sommeil, quand il ne sera point gêné ni tourmenté par quelques besoins. Il peut y avoir des circonstances où un ébranlement lent & doux du berceau, pourroit soulager ses maux, en le distrayant

un peu de ses souffrances, & en l'invitant peut-être au sommeil; mais l'abus qu'on en fait est si odieux, qu'il vaut mieux l'empêcher tout-à-fait. Il semble que les Nourrices ne soient attentives, que pour mettre en usage tous les moyens les plus pernicieux à la santé de leurs nourrissons; aussi est-on effrayé de compter le grand nombre qu'il en périt, & de voir le mauvais état de ceux que la mort n'a pas encore moissonné *.

* Voici un fait dont j'ai été le témoin oculaire.

Une Dame étrangère, que la curiosité avoit attirée dans la Capitale d'un beau Royaume, alla y visiter une de ces Maisons qu'une sage politique & une piété libérale ont fondée richement en faveur des pauvres enfans trouvés. Rien n'est plus propre que l'intérieur de cette Maison de charité, & tous les petits soins y sont on ne peut pas mieux remplis. Nous montâmes avec empressement dans une salle haute, où nous vîmes quarante ou cinquante petits lits entretenus très-proprement. Trois Nourrices étoient dans cette salle, auprès de quinze petits enfans, dont le plus âgé pouvoit avoir douze, ou quinze jours; mais ce qui diminua tout à coup la satisfaction de cette Dame étrangère, fut de voir ces petits enfans tous maigres & presque expirans: elle en demanda la cause à une Sœur Religieuse qui nous accompagnoit, cette Sœur lui répondit d'un ton fort doux: *Que ces enfans étoient bienheureux de mourir, qu'ils alloient jouir d'une éternelle béatitude*: & puis elle ajouta tout de suite: *Il est bien à souhaiter aussi pour les gens de cet Hopital, que tous les enfans qu'on y apporte, n'y vivent pas long-tems; parce que ses revenus ne seroient pas suffisans pour nourrir tant de monde.* La Dame étrangère, qui crut que ses oreilles lui faisoient un infidéle rapport, fit répéter la Religieuse, qui lui expliqua la même pensée encore plus énergiquement; alors l'Etrangère interdite, sortit aussitôt de ce lieu, en déplorant les malheurs de l'avarice, & les erreurs d'une piété mal entendue.

Quand la Nourrice mouche son nourrisson, elle doit le faire le plus délicatement qu'il lui est possible, afin de ne pas lui déformer le nez ; c'est presque une cire molle, qui reçoit aisément les mauvaises impressions qu'on lui donne ; outre qu'une difformité dans cette partie du visage, est très-désagréable, c'est qu'elle nuit souvent au sens de l'odorat, & peut occasionner des accidens plus graves encore : par la même raison, la Nourrice doit prendre garde qu'il ne se l'écrase lui-même, en l'appuyant trop fortement contre la mamelle qu'il suce. Les moucher délicatement.

L'on ne doit pas laisser baiser les enfans par toutes sortes de gens, communément l'on n'y prend pas assez garde. Pour peu qu'un enfant soit joli, beaucoup de gens s'empressent de l'embrasser bien des fois ; il y a des personnes qui ont l'haleine forte, la salive mal-saine, cela peut causer des boutons au visage de l'enfant, de petits ulcères autour de sa bouche, cela peut même quelquefois aller plus loin ; l'on fera bien d'y faire un peu plus d'attention. Sur les baisers.

Quand on les porte au bras.

Quand on porte les enfans aux bras, il faut avoir soin de les changer souvent de bras, afin de ne pas les habituer à se pencher plutôt d'un côté que de l'autre ; car cela pourroit causer dans la suite un vice de conformation dans les vertebres & dans tout le côté qui est ainsi pressé. Ces petits détails paroissent puériles, mais il faut bien se persuader qu'il n'y a rien d'indifférent dans la méthode d'élever les petits enfans.

Exercices.

C'est dans le neuviéme mois, au plutôt, qu'on doit commencer à leur apprendre à marcher ; il n'y auroit pas même de mal d'attendre, pour cela, qu'on pût les sevrer, parce que si l'on commence plutôt, ils auront encore les hanches & toutes les parties qui doivent soutenir le poids de leur corps, trop foibles, ce qui les obligera de marcher en dandinant ; & quelquefois il leur en reste une foiblesse, ou plutôt une difformité dans les vertebres lombaires. En effet, leur colonne vertébrale n'a pas encore assez de consistance pour les

ſoutenir ; elle peut ſe jetter de côté, & rendre l'enfant contrefait. Il n'en eſt pas de même des jambes & des bras, qu'il faut toujours laiſſer libres, pour qu'ils s'étendent, ſe développent & ſe fortifient.

Cependant, ſi l'on faiſoit marcher trop tôt un enfant, ſes jambes pourroient auſſi en ſouffrir des difformités & des foibleſſes : des difformités, parce que l'enfant étant debout, cherche à appuyer un genou contre l'autre pour ſe mieux ſoutenir, alors inſenſiblement il ſe rend cagneux * : des foibleſſes, parce que l'expérience & la méchanique démontrent que les hommes cagneux ne ſont pas ſi ſolidement ſur leurs jambes.

Avant de faire marcher les enfans, il eſt donc à propos d'attendre que leurs jambes ſe ſoient un peu fortifiées, & pour que cela arrive plutôt, il faut qu'ils puiſſent gi-

* C'eſt cet inconvénient qui m'empêcheroit d'adopter entiérement la méthode des anciens Péruviens, qui deſcendoient leurs petits enfans, juſqu'à la moitié du corps, dans un trou fait en terre & garni de linge, où ils pouvoient s'ébattre tout à leur aiſe ; mais il me ſemble que les jambes ſoutenant un trop grand poids dans cet âge de foibleſſe, il devoit en réſulter un vice de conformation dans ſes parties : au reſte, il n'y a ici que l'expérience qui puiſſe détruire ou confirmer cette crainte.

gotter tout à leur aiſe, quand ils ſont aſſis ou couchés, & qu'ils ſoient expoſés à l'air, du matin au ſoir.

La méthode d'apprendre à marcher aux enfans, en les ſoutenant par des liſières, ne me paroît pas bonne; cela leur fait trop lever les épaules, ſouvent même fort inégalement; ils s'accoutument à pencher le corps, parce qu'ils ſe ſentent ſoutenus : ils peuvent contracter par-là, une mauvaiſe habitude de marcher, qui dégénere en un vice de conformation dans les vertebres. Il me ſemble que des liſières ne devroient ſervir que comme un moyen de ſecours ſur le pavé, en cas de beſoin; qu'il ſuffira de les tenir lâches, & qu'à la rigueur, on feroit bien de s'en paſſer. Il vaut bien mieux que l'enfant apprenne à marcher de lui-même. On lui préſente, à cet effet, d'une petite diſtance, quelque choſe qui lui fait plaiſir; le deſir de poſſéder ce qu'on lui montre, lui fait oublier le petit danger qu'il y a d'aller le chercher tout ſeul, cela lui donne des forces, & ainſi, en continuant toujours d'un peu plus loin, il par-

viendra bien vîte à marcher de lui-même ſans aucun inconvénient, ſi on ne lui fait commencer, comme j'ai dit, ce petit exercice, qu'à l'âge de neuf ou dix mois.

Un enfant qui commence à marcher, doit avoir toujours un bourlet à ſa tête, lequel bourlet étant fortement comprimé pardevant, doit faire encore plus de ſaillie que le nez de l'enfant, afin que, s'il ſe laiſſe tomber, cette partie du viſage ſoit garantie, autant que faire ſe pourra, ce qui n'eſt pas bien ſûr, parce que l'enfant léve ordinairement la tête au moment de ſa chûte, & quelquefois il ne la léve pas aſſez pour que ſon nez ne porte pas: mais, au reſte, ce bourlet pourra toujours le garantir de pluſieurs chocs.

Il faut avoir encore la précaution d'éloigner ſes enfans du danger des chûtes, & de ne pas les confier trop aiſément à d'autres enfans, qui les laiſſeroient tomber, comme il arrive aſſez fréquemment, & non pas toujours impunément. On doit auſſi écarter de leur vûe & de leurs mains, tous les inſtrumens qui pourroient les bleſſer dangéreuſement.

Il est de même très-prudent de ne pas les abandonner trop long-tems. Quand ils sont seuls, ils se livrent quelquefois à l'ennui, à la tristesse & aux pleurs; c'est encore ce qu'il faut éviter autant qu'il nous est possible; car c'est à les réjouir qu'il faut principalement s'occuper.

A quel âge on doit sévrer les enfans.

C'est à l'âge de dix, douze ou quinze mois, qu'il faut sevrer les enfans de la mamelle; les dents qui leur viennent alors, annoncent que la nature a parlé, & que leur estomac encore foible, est pourtant assez fort pour digérer des alimens plus solides que le lait. L'on entend dire quelquefois que les enfans qui tettent trop longtems, deviennent stupides. Je ne vois pas trop sur quel fondement l'on peut faire cette assertion, car le lait de femme n'est pas si épais que celui de vache, à beaucoup près *. Il me paroît bien plus certain que si les enfans ne tettent pas assez long-tems, ils

* Un homme stupide est un être dont les fonctions de l'esprit & du corps sont également embarrassées. Il n'y a qu'à voir si, à ce dernier égard, un Sauvage du Canada, que sa mere allaite ordinairement jusqu'à l'âge de quatre ou cinq ans, parce que ces femmes ont deux sources abondantes de lait, ne surpasse pas infiniment à la course, & dans tous les exercices du corps, le plus vaillant Européen.

ne viendront pas si bien, parce que l'autre lait ne passera pas si facilement dans les secondes voies, & que par conséquent ils resteront plus délicats. C'est peut-être-là aussi tout ce qu'on veut dire, en appellant stupide un enfant gros & bien nourri, car souvent l'on ne s'entend pas. Je connois une Ville, où, par un travers d'esprit impardonnable, l'on n'aime point à montrer de gros enfans bien portans, parce que l'on dit que cela ressemble trop à des paysans; aussi ces gens-là travaillent-ils, on ne peut pas mieux, à se garantir de ce terrible reproche; car, à la manière dont ils se gouvernent en toute chose, il est à présumer que dans quatre ou cinq générations, ils n'auront plus guére pour enfans que de jolies petites marionnettes.

Nous ne devons pas nous étonner qu'une mere, qui a méprisé l'occupation de nourrir son enfant, dédaigne encore le soin de le sevrer par elle-même; car il est moins honteux de payer une Sevreuse, que de louer une Nourrice. Cependant, s'il me falloit entrer ici dans tous les détails de ce

Sur les Sévreuses.

dernier abus, que de vérités dures n'aurois-je pas encore à dire à la plûpart des meres ! Mais, sans leur représenter que c'est presque rendre un enfant étranger dans sa famille, de l'éloigner ainsi de la maison paternelle, je leur dirai seulement que les inconvéniens sont d'ailleurs en si grand nombre, qu'ils ne peuvent jamais être balancé par les deux avantages qu'on trouve chez les Sevreuses, c'est-à-dire, celui du bon air où elles demeurent ordinairement, & celui de la compagnie de petits camarades que les enfans y trouvent: mais quelque prix qu'on puisse mettre à ces deux avantages, je les trouve néanmoins infiniment au-dessous du mal qui résulte nécessairement de cet abus.

Les Sevreuses des Villes sont toujours des femmes masquées, impérieuses & intéressées à l'excès ; leur ame inaccessible, par habitude, à tout sentiment de tendresse, est entièrement livrée à une cupidité insatiable, qui leur feroit préférer un denier à mille pleurs de l'enfant. En proie à leurs préjugés, ces femmes suivent une

mauvaiſe routine que l'avarice leur a fait adopter par préférence, ſans trop ſe mettre en peine, ou même ſans connoître le mal qui en peut réſulter pour tels ou tels enfans, & ſi, par malheur, des beſoins accidentels exigent un peu plus d'attention pour quelques petits penſionnaires ſubalternes, elles leur font endurer des groſſiérétés atroces, qui jettent l'allarme & le déſeſpoir dans le cœur de ces petits infortunés, ce qui produit infailliblement les plus grands ravages ſur leur ſanté & même ſur leur vie.

On dira: mais il eſt de leur intérêt de bien élever les petits enfans, parce que cela leur attire de nouvelles pratiques. Je répondrai à cela, que chez ces ſortes de gens, un petit profit ſur l'heure, l'emporte beaucoup ſur un intérêt plus grand, qui n'eſt qu'incertain & dans l'avenir: ainſi, les alimens les plus indigeſtes, & qui peuvent le plutôt empâter & raſſaſier un enfant à peu de frais, ſera ceux qu'elle préférera toujours de lui donner, ſans conſidérer qu'ils ne ſont point propres à ſe laiſſer broyer

& à fournir de bons fucs pour la nourriture d'un enfant un peu délicat, & qui a déja eu l'infortune d'allaiter une Nourrice étrangère : mais ſi malheureuſement une Sevreuſe trouve plus de profit à garder un enfant malade par le ſecours qu'elle en reçoit journellement des parens, je ne répondrois pas qu'elle travaillât bien efficacement à lui procurer un prompt rétabliſſement, à moins que la diéte n'en ſoit l'unique ſpécifique. Car, que vous leur remettiez un enfant en bon état & plein de ſanté, ou un enfant infirme, je vous réponds que s'il ſurvient quelques accidens, elles auront toujours mille prétextes plauſibles à vous alléguer, qui opéreront, en apparence, dans l'un & l'autre cas, leur pleine & entière juſtification, & qui vous chargeront encore envers elles, de beaucoup de reconnoiſſance : ſi vous doutiez de cela, voyez cette foule de commeres & de voiſines, qui ont déja la bouche ouverte pour vous atteſter ce fait d'une manière irrévocable.

Rien,

Rien, selon moi, ne va mieux à des meres qui demeurent en bon air, que le soin de sevrer elles-mêmes leurs enfans: d'ailleurs, c'est que leur présence attire l'attention de tous ceux qui les environne, & l'amour maternel écarte une foule de maux où les enfans sont en proie chez les femmes ignorantes & avides, qui font dans les Villes, le dangereux métier de Sevreuse.

Les Grecs étoient autrefois dans l'usage de célébrer par un festin, le jour qu'on sevroit leurs enfans de la mamelle. Cette cérémonie, qui se passoit dans la plus grande joie, devenoit, pour les époux, comme un second jour de nôces, excepté que la mere présidoit uniquement à cette fête de famille.

DEUXIÉME ÉPOQUE.

Elle contient l'eſpace de tems, depuis qu'on a ſevré l'enfant de la mamelle, juſqu'à ce qu'il ait atteint l'âge de cinq ou ſix ans.

L'ENFANT croît lentement les premières années qu'il eſt au monde, en proportion de ce qu'il a crû dans la matrice, où il a acquis dix-huit à vingt pouces en neuf mois ; car à peine croît-il de ſix pouces la première année, & cet accroiſſement diminue d'une façon marquée, juſqu'à l'âge de puberté, tems où il ſe fait un développement viſible de toutes ſes parties.

C'eſt dans les premières années de la vie, où le tiſſu des fibres eſt très-délicat, où les organes ſont le plus tendres, que l'œconomie animale eſt le plus ſuſceptible de bons ou de mauvais effets dans les choſes néceſſaires à la vie & à la ſanté de l'enfant, pour perfectionner & fortifier ſon tempérament.

HABILLEMENT.

Si, comme on l'obſerve, les fonctions animales ſe font d'autant mieux dans le corps humain, que ſes parties jouiſſent d'une plus grande liberté, de quel étonnement ne devons-nous pas être frappés, quand nous voyons l'Européen, c'eſt-à-dire, l'habitant de la partie ſavante du monde, ſuivre une route toute oppoſée à celle qu'indique l'infaillible nature! Auſſitôt que ſon enfant voit la lumière, il le met dans les liens du maillot, comme s'il vouloit le tyranniſer & lui faire déteſter le jour qu'il lui a donné. A peine ce tems de captivité & de ſouffrance eſt-il fini, qu'il va lui faire éprouver un autre ſupplice. Il n'y a guére que cet enfant étoit dans les entraves du maillot, à préſent on va le mettre à la torture du corps à baleines, qui ne lui cauſera pas autant de pleurs & de gémiſſemens, mais qui peut-être altérera tout autant les bonnes diſpoſitions qu'il avoit apportées en venant au monde, pour y jouir long-tems de la félicité humaine, c'eſt-à-dire, la *ſanté* & la *liberté*.

Abus des corps à baleines.

Je dirai ici tout ce que j'ai à reprendre sur l'abus qu'il y a de faire porter des corps à baleines aux enfans; & quoique je me borne dans cette Epoque, à indiquer ce qui convient le mieux aux enfans, seulement jusqu'à l'âge de cinq ou six ans, pour ne pas revenir sur le même objet dans les Epoques suivantes, ce que j'en dirai ici peut également s'étendre dans un âge plus avancé.

Le corps à baleines qu'on fait porter aux enfans, ne leur est pas moins nuisible à cet âge, que le maillot où on les met la première année de leur vie. Ces corps sont une espéce de cuirasse incommode & dangereuse, qui leur gêne beaucoup le ressort de la poitrine; alors l'admirable jeu de cette partie essentielle ne s'opére plus que très-imparfaitement; cette pression est un obstacle à une suffisante dilatation du cœur; elle empêche le poumon de s'étendre en tout sens; les côtes ainsi pressées, rentrent en dedans, ce qui diminue la capacité de la poitrine, en comprimant la substance même du poumon; cette mode

ou plutôt ce ſupplice, ôte la faculté de reſpirer aiſément ; de-là viennent la plûpart de ces toux opiniâtres, de ces poitrines foibles, de ces complexions délicates, & beaucoup d'autres maladies chroniques qui font paſſer une vie languiſſante, en conduiſant plus rapidement au tombeau ceux qui ont eu la poitrine ſerrée dans leur enfance.

On ſait qu'on ne mange point quand on a la poitrine & l'eſtomac comprimés ; ce qui fait, ou qu'on ſe gorge beaucoup quand on s'eſt mis à ſon aiſe, ou, que l'eſtomac ridé & quelquefois flétri par cette compreſſion, ne peut plus ſe prêter à recevoir la doſe d'alimens néceſſaire à la nourriture du corps : l'on ſent, je crois, déja tout le mal qui peut réſulter de cette alternative. D'un autre côté, ſi l'on fait porter aux enfans un corps qui ne les ſerre point, l'on croira qu'il ne remplira pas le but qu'on ſe propoſe ; mais ſi l'on réfléchiſſoit un peu, qu'il n'y a peut-être pas deux minutes de ſuite dans la journée, où le corps à baleines puiſſe ſerrer également,

& qu'il doit faire plus ou moins cet effet; ſuivant les divers exercices & les différentes ſituations où l'enfant ſe trouve, l'on reconnoîtroit l'inſuffiſance de cet uſage, & l'on verroit qu'il n'y auroit que des corps d'une facile élaſticité, qui pourroient n'être pas auſſi nuiſibles ; mais l'on eſt fondé à croire qu'il eſt impoſſible d'en faire de la ſorte, & encore plus impoſſible de leur trouver quelque utilité, comme on le verra dans ce qui va ſuivre.

Si le corps à baleines eſt bien ſerré, il n'y a pas de doute qu'il ne comprime pluſieurs viſcères qui en ſeront infailliblement altérés. L'enfant éprouve une douleur, ou au moins un mal-aiſe, qui lui ôte cette gaieté qui eſt ſi néceſſaire à cet âge pour la ſanté. Il devient triſte, il reſte immobile & dans l'inaction, parce qu'il ne peut plus exercer librement ces jeux ſi favorables à l'accroiſſement & au développement de la jeuneſſe. Toutes les parties de ſon corps languiſſent dans le repos & dans la gêne; & ſi vous doutez encore que ce corps de baleines puiſſe le faire ſouffrir,

voyez les contusions qu'il a produit sur ses chairs ainsi pressées, & vous verrez si cela se peut faire impunément & sans outrager la nature : aussi ces pauvres malheureux gémissent-ils des maux qu'ils endurent par les étranglemens qu'ils souffrent dans les muscles, dans les nerfs, ce qui arrête la circulation des sucs nourriciers, qui se portent alors avec trop d'abondance sur d'autres parties, & l'enfant devient ventru & réellement contrefait, pour avoir prétendu lui faire une belle taille. Dans ce dessein, on contrarie la nature dans la loi qu'elle dicte elle-même pour la perfection de son ouvrage, comme on en voit les plus heureux effets chez d'autres Nations, dans les campagnes, & surtout dans les animaux; mais l'inquiet Citadin a recours à un art cruel & pernicieux, pour prévenir une difformité à laquelle ses soins imprudens donnent infailliblement naissance, car la nature n'a que faire de nos moules mal construits, pour perfectionner son ouvrage; aussi cette entreprise téméraire révolte tous les gens éclairés; ils exhortent,

ils écrivent contre ces méthodes abominables ; l'expérience plus forte & plus décisive encore, se joint à eux pour décrier ces pratiques dangereuses, mais l'usage, le préjugé, & surtout l'opinion des femmes, l'emportent toujours, malgré cela, sur les principes de la raison la plus évidente.

La plûpart des meres, dans les Villes de l'Europe, font porter des corps de baleines à leurs enfans, parce que c'est la mode, & afin, disent-elles, de leur former & de leur soutenir la taille. Ce sont-là des mots qui semblent d'abord n'être prononcés que par la bouche de la Prudence ; cependant rien de plus téméraire que leur exécution, parce qu'il est certain que rien n'est plus capable de contraindre la liberté des enfans & leurs mouvemens naturels, comme on peut l'observer aisément dans tout ce qu'ils font quand ils sont habillés ; car ce corps les gênera nécessairement, & si vous laissez faire le Tailleur, il ne dépendra pas de lui d'étouffer, pour ainsi dire, votre enfant, pour que son ouvrage paroisse

mieux fait. Cet enfant, qui se sent ainsi serré, cherche à diminuer sa peine ; il pousse une épaule pour se mettre un peu à son aise ; il prend cette habitude, insensiblement il se rend bossu. La mere, qui apperçoit que la taille de son enfant se gâte, fait faire un autre corps encore plus dur & qui le gênera davantage ; qu'arrivera-t-il de-là ? que cela cachera un peu sa difformité, sans pouvoir la corriger ; mais alors cet enfant ainsi pressé, aura une respiration courte & laborieuse ; la dilatation du poumon n'étant pas suffisante, la circulation ne sera pas libre dans ce viscère délicat ; alors sa substance se viciera ; de cet accident, il en naîtra beaucoup d'autres ; le mouvement du coeur sera gêné, & les palpitations surviendront ; l'estomac fera mal ses fonctions, & les indigestions seront fréquentes : outre que la région des lombes, les reins, la rate, le foie étant comprimés, & la circulation n'y étant pas libre, il se formera des embarras dans ces viscères, c'est que les glandes du mésantère s'obstrueront, parce que la chylifica-

tion ne ſe fera plus que très-imparfaitement ; alors la conſtitution du tempérament de l'enfant en ſera conſidérablement altérée. Ce ſont-là les triſtes fruits qu'on recueille ordinairement de ces prétendues précautions que l'on prend pour perfectionner le corps des enfans, & que pour cet effet, on a grand ſoin de mettre à la gêne du maillot, des corps à baleines, des ligatures & des vêtemens trop étroits.

Il en eſt de même des corps à baleines, comme du maillot, dont nous n'avons permis l'uſage, que pour remédier à un vice conſidérable de conformation dans les membres.

Si, par hazard, le tronc d'un enfant foible & malade, tendoit à ſe déjeter, peut-être qu'un corps bien fait, pourroit, à la rigueur, contenir & redreſſer un peu certaines parties qui ſe feroient viciées par accident ; mais dans un enfant robuſte & bien conſtitué, ce moule étranger ne peut que le défigurer, comme il arrive toujours quand il eſt trop ſerré, trop court ou trop long.

Je ne doute pas que le sot usage de faire porter aux filles des corps à baleines fort étroits, dans l'idée fausse & imaginaire de leur faire ce qu'on appelle une belle taille, ne soit une des principales causes de leurs fréquens avortemens quand elles sont femmes, & surtout de leur incapacité à nourrir elles-mêmes leurs enfans *. La compression qu'elles ont éprouvée dans cette région, n'a pas permis aux sucs nourriciers de s'y porter assez abondamment; la plûpart des petits vaisseaux s'étant obliterés, font un obstacle au retour du lait, ce qui concourt aussi à engorger les glandes mammaires, maladie à laquelle nous voyons tant de femmes aisées être si sujettes, parce qu'elles n'ont pas allaité leurs enfans, soit par mauvaise volonté, soit par incapacité;

* Les Peuples de l'Orient font si grand cas de la finesse de la taille, que toutes leurs chansons pour exalter cette perfection dans leurs Maîtresses, sont pleines de figures & de comparaisons exagérées, & en effet, leurs femmes ne l'ont si belle, que parce qu'elles méconnoissent entiérement l'usage de se cuirasser avec des corps à baleines. Le beau sexe, en Turquie, trouve qu'un simple corset bien ajusté, remplit beaucoup mieux ses vûes; & cela sans aucun danger: aussi les Dames Asiatiques ont-elles la taille & la poitrine incomparablement plus belles que les Européennes, & la pulmonie, cette maladie destructive qui fait tant de ravages dans nos climats, est presque inconnue dans ces pays-là.

pour avoir été ſerrée dans des corps à baleines trop étroits.

Nous devons donc conclure que l'invention de ces corps, n'eſt pas meilleure pour la perfection de l'eſpéce humaine, que pour ſa ſanté, qu'ils nuiſent en même tems à l'un & à l'autre, & qu'ils gâtent plus de tailles qu'ils n'en forment de belles, puiſqu'ils font faire ſouvent aux enfans, des efforts pour ſe dégager un peu de cette cuiraſſe incommode qui les gêne également ſous les bras, & qui, en comprimant tous les vaiſſeaux qui s'y diſtribuent, empêchent la nutrition, l'accroiſſement, & par conſéquent, la force de ces parties, tandis que les ſucs deſtinés à cet uſage, trouvant un obſtacle dans cette preſſion, refluent & s'introduiſent par ſurabondance, comme nous avons dit, ſur une autre partie qui ſe nourrit trop en proportion des autres, ce qui donne lieu à des maladies & à des difformités ſouvent très-conſidérables. Après ces obſervations, après l'opinion d'un grand nombre de bons Auteurs, & ſurtout d'après l'expérience, l'on

peut aſſurer affirmativement que les corps à baleines nuiſent à plus de tailles qu'ils n'en forment de belles, abſtraction faite du grand préjudice qu'ils font encore à la ſanté.

D'après ces mêmes principes, je crois que pour vivre long-tems, pour être moins expoſé aux maladies, & enfin pour devenir fort & vigoureux, l'on ne doit point être ſerré ni gêné, pendant ſon enfance, dans ſes habillemens; que les plus ſimples & les plus aiſés, ſont toujours ceux qui conviennent le mieux; donc, il ne faut jamais ni maillot, ni corps de baleines, ni jarretières, ni toutes autres ligatures qui gênent la circulation & les mouvemens du corps humain.

Les premières années de la vie, il faut ſeulement garantir du grand froid les enfans, en les y accoutumant inſenſiblement; mais ils doivent être toujours à leur aiſe, pour qu'ils conſervent cette gaieté, ſi néceſſaire à leur accroiſſement, puiſqu'elle favoriſe ſi bien la circulation, & qu'elle ſeconde parfaitement les digeſtions; moyens heureux & efficaces, qui

leur font trouver la ſanté dans l'attrait du plaiſir où ils ſe livreront d'eux-mêmes, s'ils ne ſont point gênés dans leurs vêtemens ; mais ceux qui ne jouiſſent pas de cette liberté, deviennent triſtes, & les enfans triſtes digérent mal ; alors leur tempérament s'altére ; ils perdent leurs forces, ou en acquiérent très-peu ; ils deviennent mal-ſains ; la durée de leur vie en ſera même fort abrégée.

NOURRITURE.

Comme je conduis, dans cette Epoque, l'enfant d'un an, ou environ, juſqu'à l'âge de cinq ou ſix ans, je dois prévenir ici, qu'il faut varier & augmenter ſa nourriture à proportion de ſes forces & de ſon âge ; l'on a ſeulement ſoin de lui réitérer ſouvent les alimens ſimples qu'il ſemble manger avec plus de plaiſir.

La bouillie qu'on leur donne les deux ou trois premières années de leur vie, eſt une nourriture extrêmement groſſière & indigeſte pour eux ; c'eſt une eſpéce de maſtic qui peut engorger les routes étroites que le chyle prend pour ſe vuider dans le ſang ;

elle obſtrue ſouvent les glandes méſentériques, parce que la farine dont elle eſt compoſée, n'ayant point encore fermentée, s'aigrit dans leur eſtomac, le tapiſſe de glaires, & leur engendre des vers. Je penſe, d'après quelques Auteurs, qu'il eſt de la prudence d'en interdire le fréquent uſage : encore faudroit-il auparavant en faire cuire la farine ; pour cet effet, on la met au four dans un plat fort large, on la remue de tems à autre, pour la préparer également. La bouillie faite avec cette farine cuite, eſt d'un uſage moins malfaiſant que la bouillie ordinaire, qui étant faite avec de la farine crue, eſt néceſſairement plus peſante, plus viſqueuſe, & d'une plus laborieuſe digeſtion ; mais quoique la bouillie ſoit faite avec de la farine cuite, il faut d'abord la faire très-légère en farine, pour y accoutumer inſenſiblement l'eſtomac de l'enfant. Je crois, au reſte, que la crême de riz, le pain émietté, bien cuit au bouillon de bœuf, ou au lait récemment trait *, d'autres fois au

* Le lait qui a bouilli, ou qui n'eſt pas récemment trait, a

beurre frais, dont on fera une panade, ou espéce de bouillie, est un aliment bien préférable pour eux. On se sert, pour leur en faire manger, d'une petite cuiller, afin de ne pas leur donner des bouchées trop fortes : il vaut mieux aussi leur donner à manger de trois en trois heures, que de leur en donner trop à la fois.

Quand les enfans prennent leurs grosses dents, c'est une marque que leur estomac est assez fort pour digérer la viande ; on leur en donne un peu par très-petit morceau avec du pain, mais la soupe, à cet âge, doit être leur principale nourriture ; c'est un très-bon aliment pour eux, tant qu'ils la mangent avec plaisir & appétit ; il faut auparavant la laisser réfroidir : cette précaution est même bonne à tout âge, parce que les alimens qu'on mange trop chauds, racornissent le pharinx, l'œsophage & l'estomac, ce qui altére le sens du goût, & déchausse la racine des dents. Mais il y a plus, c'est que l'estomac moins

beaucoup perdu de sa propriété balsamique, par l'évaporation qu'il a souffert.

abreuvé de ſuc gaſtrique, nous occaſionne dans la ſuite des douleurs & de fréquentes indigeſtions.

Les vieillards & les perſonnes édentées digérent mal, parce qu'ils ne peuvent plus triturer que des alimens d'une facile digeſtion ; c'eſt pour cela encore que c'eſt avec beaucoup de prudence quand des Nourrices bien ſaines, mâchent aux petits enfans leur nourriture, & l'imprégne de ſalive lorſqu'ils commencent à manger, ſans quoi il paſſeroit alors dans leurs veines un chyle épais, crud & groſſier qui leur cauſeroit infailliblement des maladies.

Ne donnez point d'acides aux enfans en bas âge ; la ſalade, les fruits cruds ſont trop viſqueux pour eux ; il eſt dangereux de leur en donner avant qu'ils ſe nourriſſent de viandes & qu'ils faſſent des exercices un peu forcés ; ils ont les organes trop foibles encore pour dénaturer les acides & empêcher leurs effets pernicieux. Le pain, la ſoupe variée, le laitage, un peu de viande, voilà leurs meilleurs alimens.

Un ſoin bien eſſentiel & qu'il ne faut

pas négliger pour la santé des enfans, c'est de défendre expressément aux domestiques de leur donner à manger ou à boire, ailleurs qu'en présence ou de l'ordre des parens, parce que la plûpart de ces sortes de gens sont si bornés, qu'ils sont souvent beaucoup de mal aux enfans en croyant leur faire du bien; quelquefois aussi ce n'est que pour s'en faire affectionner davantage.

C'est un grand abus de leur donner à manger des sucreries, des confitures & tout ce qu'on appelle ordinairement *bonbons*; quand cela ne seroit que les dégoûter de la soupe & des autres alimens simples, ce seroit toujours un grand mal de leur donner à manger des friandises. Si vous faites valoir comme un bonbon, un petit morceau de pain que vous leur accorderez comme une grace, ils le mangeront avec autant de plaisir que d'appétit; c'est le seul aliment qu'on puisse se permettre de leur donner entre leurs repas ordinaires. M. Locke dit très-bien, que si c'est la faim plutôt que la friandise qui les sollicite à manger, ils mangeront le pain seul avec

plaisir ; mais que si c'est la friandise qui les sollicite plutôt que la faim, il n'est pas nécessaire alors qu'ils mangent. Ce dilemme est sans replique.

L'on ne doit presque jamais donner de vin à boire aux enfans, qu'il n'y ait, au moins, les trois quarts d'eau, si ce n'est par reméde, comme cordial, tonique, stomachique, (la digestion se fait promptement chez les enfans, mais imparfaitement ; les corps gras, huileux, ne se dissolvent pas par l'eau) mais, malgré cela, il ne faut jamais leur donner des liqueurs spiritueuses, car elles crispent & arrêtent l'accroissement.

Il faut encore observer que les enfans ont en général un tempérament si humide, qu'il suffit de les faire boire très-peu, parce que les boissons abondantes leur relâchent l'estomac, & il s'en faut bien qu'ils ayent besoin de relâchant dans leur nourriture ordinaire ; ainsi l'on doit peu faire boire les enfans.

OBSERVATIONS.

Au bout de deux ans ou environ, il se

fait un changement assez sensible dans l'enfant ; il commence à avoir quelques idées constantes, il s'attache à ses parens, retient & répéte ce qu'il entend dire ; son cerveau est comme une cire molle sur laquelle tout porte son empreinte. En effet, ses sens sont visiblement frappés des objets qui se présentent à lui, & les portent à l'ame qui commence alors à exercer ses facultés, par exemple, celles de retenir, concevoir & réfléchir. Ces premiers effets de l'ame sont bien dignes d'être observés par un Philosophe qui se plaît à considérer les progrès de l'esprit humain.

Dentition. Les premières dents qu'on apperçoit dans l'enfant, sont les incisives supérieures, qui percent à huit ou neuf mois ; les canines se montrent dans la seconde année, puis quelques molaires, enfin il les acquiert toutes à quatre ans, excepté les dents de sagesse ou molaires postérieures.

Quand les dents molaires sont prêtes à percer, les enfans éprouvent une forte irritation aux gencives qui les tourmente beaucoup. Je m'écarterois de mon plan,

ſi j'entrois ici dans un détail de remédes bien ſouvent plus dangereux qu'utiles ; je dirai ſeulement que c'eſt les ſoulager de paſſer proprement le doigt par-deſſus leurs gencives, & que cela même en facilite l'irruption. Un hochet garni d'un morceau de criſtal de roche, eſt encore très-bon pour cela, parce qu'en outre le criſtal leur rafraichit la bouche qu'ils ont alors fort échauffée. Si ces moyens étoient impuiſſans pour appaiſer leurs vives douleurs, & que des ſymptômes graves annonçaſſent quelques dangers, il faudroit alors faire une petite inciſion à la gencive, avec un inſtrument bien tranchant, à l'endroit que les dents doivent percer.

Je dois ajoûter ici, que l'air pur & vif que les enfans reſpirent dans les champs, favoriſe ſingulièrement la ſortie de leurs dents, & que cette raiſon doit entrer en conſidération pour ne pas les retirer ſitôt de la campagne.

Les enfans ont beſoin de dormir ſouvent les premières années de leur vie. Le ſommeil eſt un reſtaurant qui convient Sur le tems du ſommeil & des repas.

particulièrement à l'enfance; il répare avantageusement leurs petites forces qui sont aisément abbattues par le mouvement presque continuel où ils sont à cet âge. Ils doivent aussi manger plus souvent, parce que leurs digestions sont promptes, mais mal-faites, ce qui produit peu de chyle chez eux, & beaucoup d'excrémens ; mais dans la suite, on fera bien d'attendre que l'envie de dormir & celle de manger leur vienne jusqu'à un certain point, sans les prévenir sur cela.

Ne pas mettre coucher les enfans avec de vieilles gens.

Ne mettez jamais coucher les enfans avec de vieilles personnes ; ces derniers, à la vérité, s'en porteront mieux, parce que l'insensible transpiration des jeunes est bénigne ; elle passe dans le vieux où elle entretient la souplesse de ses fibres, mais l'enfant en souffre beaucoup, par la perte qu'il fait ; il maigrit, il s'exténue, il en tombera malade infailliblement.

Les faire moucher.

Il faut accoutumer les enfans à se moucher toutes les fois qu'ils sont morveux, le soir également quand ils se couchent, & le matin quand ils se lévent, parce que

cela dégorge les sinus & la membrane pituitaire. Quand cette humeur séjourne trop long-tems dans ces cavités, elle se corrompt, cela donne une mauvaise odeur au nez, en outre, cela peut occasionner quelquefois une fluxion acrimonieuse sur les yeux. On doit leur donner des mouchoirs de fil par préférence à ceux de coton, & leur en changer tous les jours.

Les enfans prennent souvent l'habitude de se porter un de leurs doigts dans le nez, & de se gratter l'intérieur des narines, cela est assez dangereux pour qu'on doive les en détourner, car ils peuvent, avec leurs ongles, écorcher cette partie, l'envenimer ensuite, ce qui donne quelquefois naissance à un mal encore plus grave.

Déjections.

Les déjections chez les enfans jusqu'à l'âge de trois ou quatre ans, sont ordinairement assez abondantes; mais, dans la suite, le goût excessif qu'ils prennent à leurs jeux, les détourne quelquefois de cette importante fonction. Quand ils sont parvenus à cet âge, il faut prendre garde s'ils vont à la selle une fois par jour; l'on

doit indiſpenſablement leur en faire contracter l'habitude *, car ſi un enfant de cinq ou ſix ans reſtoit deux ou trois jours ſans aller à la ſelle, il faudroit l'engager d'y aller tout naturellement, ſans lui donner aucun reméde que de lui faire boire de l'eau pure ; parce que s'il reſtoit conſtipé quatre ou cinq jours de ſuite, les ſels alkalins que contiennent les matières ſtercorales, pourroient ſe développer, & paſſer enſuite dans les ſecondes voies, alors cela donneroit de l'âcreté à ſon ſang & à ſes humeurs.

D'un autre côté, ſi un enfant va trop fréquemment à la ſelle, comme quatre ou cinq fois par jour, cela diminuera beaucoup ſes forces, & peut dégénérer en une maladie, ſi cela duroit ainſi plus de trois ou quatre jours ; cependant il ne faudroit pas arrêter tout à coup ce flux de ventre, parce que ſouvent il n'eſt que ſymptômatique.

* C'eſt peut-être la ſeule conſtante dans les fonctions animales avec celle d'uriner, quand on en a beſoin, qu'il faut ſe faire régulièrement ; car à vingt ou vingt-cinq ans, il faut être accoutumé à pouvoir endurer la veille, la faim, la ſoif, le chaud, le froid, &c.

L'on peut, par la ſeule force de l'habitude, leur faire rendre une ſelle tous les jours ; il n'y a qu'à leur en faire une obligation preſqu'indiſpenſable, comme, par exemple, de les priver de quelque choſe, s'ils ne font pas ce que vous exigez d'eux ; le petit dépit qu'ils en reſſentiront, les obligera de ſoumettre inſenſiblement la nature à faire régulièrement chez eux tous les matins cette fonction : cette attention eſt d'une très-grande importance pour les opérations de l'œconomie animale.

Les enfans ſont fréquemment ſujets aux éruptions cutannées, aux diarrhées, aux ſaignemens de nez, &c. l'on doit peu ſe mettre en peine de ces petites incommodités apparentes, elles ne ſont ſouvent que des voies ſalutaires que la nature bienfaiſante employe toujours avec ſuccès à ſes fins. Les parens doivent bien ſe garder de faire ici uſage de remédes, ils peuvent ſeulement retrancher un peu de la nourriture, afin que la nature puiſſe agir plus librement. Indiſpoſitions ſalutaires.

L'on fera bien de mener promener ſes Danger de les faire mar-

cher ou réciter trop vîte.

enfans dans un jardin ou à la campagne; mais il faut prendre garde d'aller trop vîte quand ils commencent à marcher, parcequ'ils s'essoufleroient pour suivre ceux avec qui ils vont, au point d'occasionner quelques relâchemens, ou quelques ruptures de vaisseaux dans la poitrine. L'asthme, la pulmonie peuvent succéder à cette imprudence.

Les mêmes accidens viennent encore plus fréquemment, quand on leur fait apprendre plusieurs fables par cœur, & qu'on a la sotte vanité de les leur faire réciter toutes de suite, comme il ne manque pas d'arriver chaque fois qu'il vient des visites dans la maison. L'enfant, qui voit sur lui les yeux attentifs & quelquefois sévères de sa mere, se précipite de réciter rapidement tout ce qu'il sait; dans la crainte que sa mémoire ne lui échappe, il ne se donne pas le tems de reprendre haleine; ce dangereux exercice recommence cinq ou six fois par jour; l'enfant, qui s'est déja épuisé pour retenir ces fables, s'épuise de plus en plus en les récitant si souvent.

Qu'aura-t-on fait par ce bel exercice? on aura travaillé à abréger la vie de son enfant, en ennuyant tout le monde.

S'il y a beaucoup de peres & de meres qui agissent avec trop de rigueur envers leurs enfans, il y en a plusieurs aussi qui nuisent à leur santé par trop de condescendance pour toutes leurs fantaisies. Il me semble qu'on devroit se faire un systême là-dessus, qui me paroît très-raisonnable: d'abord, c'est de les accoutumer à ne point trop se faire servir dans les choses où ils peuvent s'exercer en se servant eux-mêmes; c'est encore de ne leur rien refuser sans un juste motif, mais aussi de ne point leur accorder ce qu'on vient de leur refuser, & cela, sans qu'ils osent répliquer; car si on se laisse vaincre par leurs importunités, on les rendra pleureurs, opiniâtres, fantasques & de mauvaise humeur; tout cela peut nuire à leur santé, en leur ôtant la gaieté qu'ils doivent avoir pour se bien porter.

Abus de l'extrême condescendance & des soins trop recherchés.

On nuit encore davantage à la santé des enfans, en voulant prendre trop de soins

pour leur conſervation ; c'eſt ce qui arrive fréquemment chez les Grands où des Médecins trop complaiſans, n'oſent pas toujours dire leurs ſentimens là-deſſus. Sans compter les friandiſes qu'on donne à ces ſortes d'enfans, qui leur font toujours beaucoup de mal, c'eſt que leurs parens (ordinairement aſſez ignorans ſur ces ſortes de choſes) toujours dans une eſpéce d'allarme ſur ce qui environne ces enfans chéris, les empêchent de s'exercer librement ; ils craignent ſi fort qu'ils ne reſſentent le froid, qu'on les ſurcharge de vêtemens, & qu'on leur fait paſſer toute la ſaiſon de l'hyver ſans preſque ſortir d'une chambre chaude, où l'air rarefié, relâche le ton de la fibre au point que ces enfans n'ont plus la force ſuffiſante pour pouvoir bien digérer, enſorte que cela leur attire pluſieurs fâcheuſes incommodités qui les rend toujours au moins valétudinaire : mais il y a plus, c'eſt qu'à la première occaſion qu'ils reſpireront le moindre air vif, il ſe fera un engorgement dans les vaiſſeaux flaſques de leur poumon délicat, alors un rhume

opiniâtre survient, l'ulcère s'y forme, voilà un enfant pulmonique pour avoir été élevé trop délicatement, on l'a conduit par la main dans le précipice qu'on vouloit lui faire éviter. C'est ainsi que la plûpart des gens riches ou de condition se gouvernent à l'égard de leurs enfans, avant l'âge de les envoyer dans les Collégés.

Quand est-ce qu'ils connoîtront mieux les moyens de les faire jouir en bonne santé, des avantages que leur naissance & leur fortune leur procurent, & qu'ils ne diront plus : *nos enfans naissent de peres & de meres de qualité, par conséquent d'une complexion délicate, ces enfans ne sauroient être assez robustes pour être élevés à la manière des paysans !* Commencez d'abord, leur diraije, à les imiter en quelque chose là-dessus, & ensuite, par dégrés insensibles, fortifiez leur tempérament, comme s'ils étoient destinés à faire un jour les plus pénibles travaux. En travaillant ainsi à endurcir leur constitution corporelle, vous augmenterez leurs plaisirs présens, & vous diminuerez les peines qu'ils éprouveront

dans un âge plus avancé : enfin, ajoûterai-je, c'eſt-là un des bons moyens de vous donner des héritiers vigoureux, qui perpétueront vos races illuſtres dans les ſiécles à venir *.

La nature ayant conſtruit tous les êtres pour vivre dans le fluide qui les environne, les en retirer par de prétendues précautions, ce n'eſt pas moins que le comble de la ſottiſe ; auſſi la plûpart des enfans envers qui on a tant pris de ces fauſſes précautions, ne ſont ſouvent que des embryons qui ne connoiſſent la vie que par les infirmités.

Sur les convulſions.

Les enfans ont les nerfs beaucoup plus gros à proportion que les adultes, & l'on obſerve que de tous ceux qui périſſent, il n'y en a preſque point qui meurent ſans de violentes convulſions. Nous devons donc comprendre que le genre nerveux eſt facilement affecté chez les enfans, & en attribuer la cauſe à la capacité conſidérable de leur cerveau, eu égard au reſte du corps.

* Si cette dernière conſidération peut opérer ſur un ſeul homme, ce que l'Auteur ſe propoſe envers tous, il n'aura point de regret de s'être ſervi de ce moyen.

Tout ce qui pourra donc irriter trop vivement le genre nerveux, doit être fort dangereux à cet âge.

Dangereux effets de la peur.

L'on eſt très-répréhenſible quand on fait naître des frayeurs aux enfans, ſoit par une ſurpriſe occaſionnée par un grand bruit inattendu, par des cris aigus & perçans, ou en leur préſentant tout-à-coup des objets capables de les ſurprendre déſagréablement. Les récits fabuleux des mangeurs d'hommes, des revenans, des loups-garoux & de pareilles fariboles, peuvent nuire également à leur corps & à leur eſprit ; en bleſſant vivement leur petite imagination, cela peut leur procurer des ſonges funeſtes, & par conſéquent de violentes émotions qui irriteront trop fortement chez eux le genre nerveux, & donneront lieu à des convulſions auxquelles ils n'ont déja que trop de diſpoſition. Un tremblement dans les membres, des attaques de vapeurs épileptiques, ſont ſouvent les triſtes fruits qu'ils recueillent de la déteſtable bêtiſe de leur Nourrice, de leur Sevreuſe, ou des domeſtiques de la maiſon.

C'eſt aux peres & meres à veiller à cela ; & à tranquilliſer leurs enfans ſur tout ce qui pourroit les effrayer. L'explication de la choſe même les calme un peu, mais les exemples de ſécurité qu'on leur donne, ſont plus efficaces & les raſſure tout-à-fait.

Sur les badinages imprudens.

La plûpart du monde connoît ſi peu les ménagemens qu'il faut avoir dans les jeux qu'on fait quelquefois avec les enfans, qu'on doit preſque toujours interdire ces ſortes de jeux à tous ceux qu'on ne connoît pas aſſez prudens pour les exercer avec eux ſans danger. Les uns ſoulévent de terre les enfans par le bas de la tête, pour leur faire voir, diſent-ils, leur *grand pere* ; s'il étoit vrai que les trépaſſés viſſent leurs grands peres, on pourroit tenir parole ſans y penſer, car ce prétendu badinage, qui eſt condamné dans l'Orthopédie, eſt en effet très-condamnable à tous égards. Les autres iront par derrière, leur appliquer fortement les mains ſur les yeux, pour leur faire deviner celui qui fait une pareille ſottiſe, jeu déteſtable qui ne va pas moins qu'à altérer l'organe de la vûe pour toujours.

jours. Ceux-ci les prendront ſubitement dans leurs bras, pour faire ſemblant de les jetter dans un puits, dans une rivière, ou par la fenêtre. Ceux-là leur tordent rudement les bras, ou les ſerrent lourdement dans les leurs. D'autres enfin, feignant bruſquement de courrir après eux, leur feront cogner la tête ou un œil contre quelque choſe, qui les bleſſera gravement. Je ne finirois pas, ſi je voulois énoncer ici tous les inconvéniens qu'il y a de laiſſer badiner les enfans avec des gens de cette eſpéce.

Ce n'eſt pas encore dans l'âge de cette Epoque qu'on doit inſpirer de la *crainte* aux enfans; il vaudroit peut-être mieux en tout tems, ne leur inſpirer qu'un tendre & reſpectueux attachement pour leurs pere & mere : car l'amitié accompagne rarement la crainte dont il eſt ici queſtion. Mais, ſans entrer dans cette matière qui eſt étrangère à mon ſujet, je dirai ſeulement, que cette crainte eſt un ſentiment qui fait éprouver un ſerrement de cœur, un mal-aiſe qui affecte déſagréablement,

Dangereux effets de la crainte.

qui eſt très-nuiſible à la ſanté & à l'accroiſſement des enfans. Son effet interrompt le libre cours des fluides ; alors la fibre muſculaire ne reçoit pas également les ſucs nourriciers qui doivent l'abreuver & entretenir ſa ſoupleſſe ; la qualité de ces ſucs ſera viciée, parce que l'enfant trop craintif, digère mal, qu'il eſt ordinairement triſte & que ſa reſpiration eſt gênée : ce qui altère conſidérablement la conſtitution de ſon tempérament.

Dangereux effets de la jalouſie & de l'envie.

Ce ſeroit bien pis encore, ſi, par quelques prédilections trop ſenſibles, le pere ou la mere, comme il arrive trop ſouvent, avoient l'indiſcrétion de careſſer, ſous ſes yeux, & toujours par préférence à lui, un de ſes freres, une de ſes ſœurs, ou tous les deux enſemble ; alors la jalouſie (qui paroît être un ſentiment purement naturel, puiſque les bêtes mêmes n'en ſont pas toujours exemptes) s'empare tellement du cœur de cet enfant, qu'il ſent un étouffement & une oppreſſion qui ne lui permettent plus de reſpirer librement ; il éprouve un dégoût pour tout ce qui l'environne ;

il perd l'appétit ; il ne digère plus que très-imparfaitement ; il fait un mauvais chyle ; tous ses viscères s'obstruent assez rapidement ; il devient triste, mélancolique ; il garde sécrettement le chagrin qui le dévore, sans vouloir en dire la cause à personne, mais il maigrit à vûe d'œil, surtout par le corps ; il tombe dans l'atrophie, dans le marasme, c'est un miracle s'il n'en meurt pas ; & si, par hazard, il n'y succombe pas tout à fait, il aura altéré son tempérament pour le reste de ses jours. On ne pourroit pas s'imaginer jusqu'à quel point un enfant est sensible là-dessus ; si l'expérience ne nous donnoit pas si souvent la preuve évidente de ces observations.

Quand on commence à appercevoir la cause d'un mal aussi dangereux, il n'y a pas à balancer, il faut ôter de devant ses yeux l'objet de sa jalouse envie, & sans affectation, diriger toutes ses caresses sur cet enfant jaloux ; c'est presque l'unique reméde qu'il faut lui faire. L'on doit chercher à l'égayer, sans qu'il puisse pénétrer

le motif d'un changement auſſi favorable, dans la crainte qu'il ne s'apperçoive de votre artifice ; je vous aſſure même qu'il ne ſera pas aiſé d'écarter tous ſes ſoupçons à cet égard, car ces ſortes d'enfans ſont de petits êtres fins & ruminans, avec qui il faudra s'y prendre bien adroitement ; mais il eſt bien plus prudent de ne pas donner lieu à cette funeſte maladie, par une préférence & une indiſcrétion outrageantes, qui vont quelquefois juſqu'à la barbarie. Peres & meres qui avez tant lû de bons livres ſur l'Education morale de la jeuneſſe, inſtruiſez-vous auſſi de ce qui convient le mieux pour l'éducation phyſique de vos enfans, car rien n'eſt plus raiſonnable que de mettre le corps en état de jouir long-tems & pleinement de tous les fruits qu'on peut recueillir d'un eſprit bien cultivé.

Combien y a-t-il dans le monde de ces peres, d'ailleurs très-bien inſtruits, qui, à cet égard, ignorent encore juſqu'à leur alphabet ? Que dis-je, qui ordonnent préciſément ce qu'il ne faudroit pas faire ; ils

auront peut-être des enfans très-aimables, mais qui n'auront que peu de vie & point du tout de santé.

On entend par sensation externe, l'impression que font les objets du dehors sur quelques parties de notre corps, & qui est communiquée à l'ame par le moyen des nerfs dont la partie affectée est pourvue. Leur usage en général, est de nous avertir de tout ce qui peut nous être bon ou mauvais, tant pour notre conservation, que pour notre plaisir; ils sont en quelque sorte des ministres que l'Auteur de la nature nous a donné pour notre instruction & pour nos besoins.

Sur les sens externes relativement aux enfans de 5 ou 6 ans.

L'on en compte ordinairement cinq, savoir, la *vûe*, l'*oüie*, l'*odorat*, le *goût* & le *tact*. Il y a des Physiologistes qui en admettent davantage, mais on peut, à la rigueur, les réduire tous au seul *toucher*; car dans la vûe, c'est le rayon visuel qui va frapper la rétine; l'oüie n'est que le tact de l'air ébranlé sur la membrane du tambour; l'odorat est produit par les particules odoriférantes qui vont toucher la

la membrane pituitaire ; les molécules, qui affectent le goût, portent leur impreſſion ſur les papilles nerveuſes de la langue en les touchant ; ainſi les ſens, à proprement parler, ſe réduiſent tous au *toucher*.

Toutes les parties du corps humain jouiſſent donc plus ou moins parfaitement du ſentiment du toucher : nous allons voir en abrégé, ce qu'il faut faire dans l'état de ſanté, pour conſerver les ſens des enfans dans toute leur intégrité.

Le paſſage ſubit du chaud au froid, & du froid au chaud, qui ne cauſeroit preſque aucun mal, ſans la méthode délicate & molle dans laquelle on éléve les enfans, leur attire ſouvent des rhumes de cerveau, qui altérent conſidérablement l'origine de leurs ſenſations.

Pour bien conſerver ſes ſens, il faut les exercer avec intelligence, & ne jamais en faire un uſage abuſif. On doit s'en ſervir pour ſes beſoins, & non pour ſatisfaire ſes caprices ; ce ſont-là des préceptes conſtans, qui ont leur application à tout âge, mais plus particuliérement encore dans

celui de l'enfance, où les sens sont plus délicats, & les dangers moins connus.

La vûe. Si vous faites coucher les enfans dans un lieu humide & exposé aux vents coulis; si on leur touche, ou qu'on leur mouille souvent les yeux en leur débarbouillant le visage; s'ils restent dans une chambre où il y ait fréquemment de la fumée, tout cela peut attendrir la vûe.

Pour la leur conserver bien saine, ne leur laissez jamais fixer le soleil, la neige, ni un grand feu, rien, en un mot, de tout ce qui peut trop éblouir, parce que cela cause un ébranlement trop violent au nerf optique, ce qui pourroit paralyser la rétine, qui n'est qu'une expansion d'une portion de ce nerf. Si leurs livres de classes sont mal-imprimés, ou d'un trop petit caractère, les enfans deviennent *myopes* en les étudiant, parce qu'ils s'habituent à regarder de trop près. Les lectures de nuit, à contre-jour ou au soleil, la boisson des liqueurs spiritueuses, les veilles forcées, l'usage fréquent des lunettes de curiosités, comme microscopes, télescopes, &c. gâ-

tent aussi le sens de la vûe. Le dessein, la peinture perfectionnent beaucoup ce sens.

L'oüie. Tout ce qui peut ébranler violemment la membrane du tambour, comme le bruît voisin du canon, des grosses cloches, &c. tout ce qui peut trop la relâcher, comme en habitant des lieux humides ou exposés aux vents coulis, auxquels succéde quelquefois un abcès; l'intromission dans l'oreille, des corps étrangers, qui peuvent piquer ou dégrader cette membrane, nuiroient infailliblement à l'organe de l'oüie.

Il est bon de nettoyer quelquefois aux enfans, mais toujours avec prudence, & avec un instrument obtus, d'or, d'argent ou d'ivoire, l'amas de crasse (*le cerumen*) qui se forme dans leurs oreilles, afin que, par son séjour, elle ne se durcisse pas assez pour altérer en eux cet organe. La musique perfectionne beaucoup le sens de l'oüie.

L'odorat. Pour conserver un sentiment exquis à l'odorat, ne faites jamais respirer aux enfans des odeurs trop fortes, car d'ailleurs il en peut résulter de fâcheux effets pour le genre nerveux; mais l'habitude de sentir

les odeurs fortes & ſpiritueuſes, même les plus agréables, comme les parfums, les eſſences muſquées, &c. deſſéchent & paralyſent à la ſuite l'organe de l'odorat.

Le goût. L'uſage des alimens ſalés & épicés, tous ceux qui ſont forts en aſſaiſonnement, ou qu'on mange trop chauds; l'habitude de boire du vin pur, des liqueurs, de manger des ſucreries, outre que toutes ces choſes ne valent rien à la ſanté, c'eſt qu'elles dépravent beaucoup encore aux enfans le ſens du goût.

Le tact. Tout ce qui peut deſſécher & racornir la peau, comme les brûlures & l'uſage de ſe répandre ſur les mains des eaux ſpiritueuſes, nuit infailliblement à la ſubtilité du tact. C'eſt un abus auſſi que d'accoutumer les enfans à faire uſage de la main droite, par préférence à la main gauche; pourquoi ne leur pas laiſſer la neutralité qu'ils apportent en venant au monde, & ne pas leur conſerver l'aptitude d'être ambi-dextres, en ſe ſervant indifféremment de l'une & de l'autre main pour tous leurs beſoins? Sans cela, les forces ne ſeront pas égale-

ment partagées, parce que la main & le bras qu'on exerce le plus, attirent une plus grande quantité de lymphe & d'esprit animal; les liqueurs y circulent avec plus d'aisance, & les sucs nourriciers avec plus d'abondance; ils deviennent plus forts & plus gros, le tact même y sera meilleur. C'est presque rendre les enfans manchots que de les assujettir à se servir toujours de la main droite; cet usage n'est fondé sur aucun principe de raison; il est aussi bizarre qu'arbitraire.

Les peres peuvent perfectionner beaucoup le tact de leurs enfans. On accompagne l'exercice sur cette matière, de quelques explications proportionnées à leur entendement. Le jeu du clavecin & de quelques instrumens, contribuent, par l'exercice des doigts, à leur développement, & par-là, cela peut aussi perfectionner le sens du tact.

EXERCICES

Il faut donner beaucoup de liberté aux enfans de cinq ou six ans; par exemple, il

eſt bon de leur laiſſer prendre ſouvent le grand air par le froid & par le chaud, afin que dès leur plus tendre jeuneſſe, ils s'accoutument à braver l'intempérie des ſaiſons; car plus on les ménage, plus on les rend foibles & languiſſans.

L'on doit, dès le matin quand ils ſe lévent, leur faire ouvrir les fenêtres, pour qu'ils reſpirent d'abord un meilleur air; enſuite on leur fait étendre les bras horiſontalement, pour élargir & développer leur poitrine, après quoi on leur fait faire une petite courſe dehors, quel tems qu'il faſſe. Il faut leur permettre tous les exercices qui ſecouent modérément la machine, parceque le mouvement que la nature leur dicte, & qui eſt ſi fort de leur goût, eſt très-ſalutaire à leur ſanté; car, dans cet âge, ils ſont ſi pleins d'humidité, qu'un mouvement preſque continuel ſeconde efficacement la dépuration de leurs humeurs.

C'eſt-là auſſi qu'ils ſont à l'aiſe, & que n'éprouvant & ne redoutant aucune contrainte, un pére attentif, peut mieux étudier en ſecret, l'inclination dominante de chacun de ſes enfans.

Ne vous oppoſez donc point à leurs exercices innocens ; reconnoiſſez, dans ce penchant, les ſages vûes de la nature, qui fait tout pour le mieux & qui l'a ainſi inſtitué. Ne les faites aſſeoir que rarement, & ſeulement ſur une chaiſe de bois, dont le ſiége ſera tout plat. Il faut les accoutumer à ſe tenir debout, autant qu'il ſera poſſible, à avoir la tête droite, les épaules un peu en arrière, ſans avancer le ventre, & les faire marcher ainſi à grands pas.

Il y a des enfans qui, dans leurs jeux, ſe font un plaiſir de contrefaire fréquemment les borgnes, les boſſus, les boiteux, &c. ces amuſemens trop réitérés, peuvent donner des formes vicieuſes aux différentes parties de leur corps, & occaſionner des accidens aſſez graves à leur ſanté.

Il ne faut pas les contraindre pour les inſtruire ; il vaut mieux paroître les amuſer ; les talens n'y perdent rien, & la ſanté ne peut que gagner à ce louable artifice ; l'on ne devroit leur apprendre à lire & à

écrire qu'en badinant, pour ainsi dire, avec eux. C'est ici qu'il est bon de se souvenir qu'en bien des occasions, ce seroit être plus enfant que les enfans mêmes, de ne pas descendre quelquefois à leur niveau. Il faut donc les faire rire souvent, cela fait toujours un grand bien, mais surtout à cet âge; car la gaieté est un spécifique universel à l'enfance, parce que cela favorise la circulation, cela débouche les petits vaisseaux, & les glandes qui ont une disposition à l'engorgement. La joie est un antidote excellent contre les obstructions du mésentère, maladie fréquente chez les enfans qu'on tient sédentaires ou qui sont trop craintifs. Ainsi, peres & meres, ne grondez jamais vos enfans pour faire trop de bruit autour de vous; si vous êtes prudens & que leur tapage vous étourdisse, envoyez-les jouer ailleurs, ou éloignez-vous plutôt que de les faire taire. Si vous ne pouvez faire ni l'un ni l'autre, mettez au moins tant de douceur dans vos réprimandes, qu'ils puissent continuer leurs jeux avec un peu plus de modération; car

les enfans qu'on veut trop corriger là-dessus, deviennent tous ſtupides & languiſſans.



TROISIÉME ÉPOQUE.

Elle commence à l'âge où l'on change en Europe l'habillement des garçons, & finit quand l'enfant a atteint l'âge de dix ans.

JE n'ai fait, jusqu'à présent, aucune distinction dans les deux sexes, parce que l'habillement, la nourriture & les exercices d'un garçon ou d'une fille jusqu'à l'âge de cinq ou six ans, sont, à peu de chose près, les mêmes. L'on s'appercevra, dans la suite de ma Dissertation, que j'ai eu plus spécialement en vûe d'indiquer, la *meilleure direction à suivre dans l'habillement, la nourriture & les exercices d'un garçon* que d'une fille. Ce n'est pas qu'on ne fît très-bien de prescrire, à plusieurs égards, le même régime de vie aux filles qu'aux garçons; car il importe beaucoup, pour la bonne constitution de l'espéce humaine, que les femmes soient d'un tempérament aussi robuste que leur sexe le comporte.

HABILLEMENT.

C'eſt ordinairement à l'âge de cinq ou ſix ans, qu'on change en Europe l'habillement des garçons. On leur ôte alors la robbe d'enfance pour les revêtir d'une marque plus virile *. On leur fait porter un habit & des culottes. Ce n'eſt pas trop tôt à cinq ou ſix ans, ſi l'enfant eſt aſſez gros & aſſez fort pour ſon âge; mais s'il eſt petit, mince & foible, l'on fera bien d'attendre encore une année ou deux, parce que ce nouvel habillement, quelque ſimple & aiſé qu'on le faſſe, exigera toujours un peu plus de peines & de ſoins que celui qu'il vient de quitter; il le gênera néceſſairement un peu dans les commencemens; ce ſont des boutons à paſſer dans pluſieurs boutonnières en divers endroits du corps. (Je déſapprouve beaucoup toutes ces eſpéces de ligatures, elles nuiſent ſûrement aux fonctions de l'œconomie animale, & à l'accroiſſement des parties du corps;

* Cette cérémonie ſe célébroit avec éclat chez les Romains, mais ſeulement à l'âge de quatorze ans accomplis, tems où on les revêtiſſoit de la robe virile; cette époque étoit la datte de leur entrée dans le monde.

mais

mais quand j'en démontrerois mieux encore tous les mauvais effets, je n'efpérerois pas davantage d'amener en Europe une partie de la mode des Turcs *.) Ainfi je dis donc, qu'il faut que l'enfant foit affez fort pour mettre lui-même ce nouvel habillement, quand on lui en aura montré la méthode.

Je reviens à ce que j'ai dit ailleurs; il ne faut point de vêtemens qui puiffent gêner le corps nulle part, ni d'habits affez beaux & affez précieux, pour que l'enfant, qui les portera, n'ofe plus s'exercer ni poliffon-

* Les Turcs de Conftantinople, ceux qui, parmi le peuple, ménent une vie laborieufe, ne font vraifemblablement fi forts & fi vigoureux, que parce qu'on méconnoît dans ce pays-là le maillot, les corps à baleines, & tous les habillemens qui peuvent gêner les différentes parties du corps. Il fe peut auffi que l'ignorance dans laquelle ces gens-là vivent, féconde parfaitement fur cela la mode du pays: il faut bien que ces deux moyens foient efficaces pour fortifier le corps, car ils vivent dans un gouvernement bien capable de les énerver, puifqu'il n'a pour principe que la *crainte*; néanmoins ils font encore les hommes les plus forts & les plus robuftes de l'Europe, ce qu'on n'attribuera certainement pas à leur climat. Un homme de mérite, qui a demeuré plus de trente années à Conftantinople, m'a affuré qu'on ne voit prefque point de rachitiques ni de boffus parmi les Turcs, que cela fe voit affez fouvent dans la même Ville, parmi les enfans de quelques Grecs riches, qui prennent chez eux une Nourrice Chrétienne, qui pratique l'emmaillotement: auffi, dit-il, on reconnoît aifément les gens qui ont été élevés fuivant cette mauvaife méthode, parce qu'ils ont tous les épaules moins larges, & la poitrine plus ferrée.

ner, dans la crainte de les gâter & d'être grondé enſuite par ſes parens ; car ſi cette conſidération pouvoit le retenir & l'empêcher de faire uſage de ſes petites forces, de jouer, de gambader & d'agir librement dans ſes petits exercices, cela nuiroit beaucoup à la ſanté & à l'accroiſſement de ſon corps. L'Auteur de la nature, qui leur a donné à tous de la gaieté, avec un violent deſir de s'exercer, de ſe mouvoir, de s'amuſer entr'eux, fait bien que tous ces jeux ſont ſurtout très-ſalutaires à l'adoleſcence, qui eſt l'âge des vrais plaiſirs.

Il faut donc que les enfans ſoient auſſi à leur aiſe dans ce dernier habillement que dans le précédent ; rien, par conſéquent, qui leur ſerre le cou ni les bras. Des bretelles doivent porter la culotte, qui montera au-deſſus des hanches, pour ne point gêner l'articulation du *fémur ;* ces bretelles, que tout le monde connoît, & dont on ne fait pas aſſez d'uſage, doivent être de la largeur de deux pouces, afin que la preſſion ſur les épaules en ſoit plus douce : elles s'adaptent latéralement par une bouton-

nière; on boutonne ensuite à l'ordinaire la ceinture de la culotte, qui n'a pas besoin alors d'être tant serrée, & cela la tient mieux sans gêner les hanches. Les bas doivent être un peu longs, pour monter plus haut sur la cuisse, afin de se passer, si l'on peut, de jarretières; les boutons, en cet endroit de la culotte, suffiront presque toujours pour tenir les bas, sinon, il faudra avoir des jarretières de laine d'un pouce & demi de largeur, & presque d'une aulne de longueur, afin de multiplier les points d'appui, ce qui tiendra les bas tendus sans que la partie supérieure du genou en soit trop serrée.

C'est à l'âge de cinq ou six ans qu'on doit commencer à ne point couvrir la tête des enfans, excepté quand ils vont à l'ardeur du soleil, & seulement dans la nuit légérement *. C'est aussi à cet âge qu'il faut les habiller peu chaudement, même en hyver, afin de les accoutumer par gradation,

* Les peuples qui se couvrent peu ou point la tête, ont le crâne beaucoup plus dur. Voyez l'Observation d'Hérodote, sur le champ de bataille des Perses & des Egyptiens, rapportée dans l'Orthopédie de M. Andry.

à braver toutes les intempéries de l'air.

Je crois que l'on feroit bien de couper les cheveux, de raſer même la tête des enfans juſqu'à l'âge de huit ou dix ans: outre que cela l'endurciroit davantage, & qu'on pourroit plus aiſément la nettoyer en la vergettant plus ſouvent, c'eſt qu'on en ôteroit mieux l'ancienne tranſpiration qui y forme une eſpéce de glace qui en bouche les pores, & qu'on faciliteroit par-là, une tranſpiration nouvelle qui y eſt très-néceſſaire pour détourner les fluxions des yeux, auxquelles les enfans ſont ſi ſujets: d'ailleurs, on peut eſpérer que cela retarderoit la chute des cheveux, & empêcheroit qu'on ne devînt chauve avant l'âge de la vieilleſſe. L'on pourra m'objecter que les cheveux ſont ſans doute utiles, puiſqu'ils nous ſont donnés dès notre enfance par le Créateur, qui ſait mieux que nous ce qu'il nous faut. Il eſt très difficile, en effet, de répondre à cette objection d'une manière bien ſatisfaiſante, je crois même que cela eſt impoſſible; je dirai ſeulement, qu'il n'y a pas d'apparence que l'uſage de

se faire raser le menton, où la nature a placé, dans les hommes, de la barbe, ait pû jamais nuire à l'espéce humaine; qu'il en est peut-être de même des cheveux: mais j'ajoûterai surtout, que le mauvais régime de vie des peres & meres, la molesse & les fausses routes qu'on suit dans l'éducation physique des enfans, sont sûrement les causes immédiates de beaucoup de maladies qui les rendent délicats, valétudinaires & quelquefois très-mal-sains; ce qui nous met dans la nécessité d'user, pendant quelque tems, d'un peu plus de précautions que la nature n'en exigeroit dans son état primitif.

Je ne suis pas éloigné de croire que ce seroit un bien, de faire porter des sabots de bois aux enfans depuis l'âge de trois ou quatre ans, jusqu'à celui de huit ou dix, surtout quand il n'y aura point de talons à cette chaussure rustique; cela leur durcira les pieds & les garantira mieux des accidens extérieurs qui peuvent y arriver. Mais qu'on leur fasse porter des sabots ou des souliers, il faut qu'il n'y ait point de talons,

afin que le pied reposant plus à plat, ce fameux tendon d'Achille en soit mieux tendu *. L'enfant sera aussi moins en risque de devenir cagneux, car, pour le dire ici en passant, les femmes qui portent des talons hauts à leur chaussure, sont, pour la plûpart, cagneuses & toutes mal-assurées sur leurs jambes; elles ignorent à combien d'infirmités cela expose, quand on n'est pas ferme sur ses jambes; or, plus les talons seront bas, plus les muscles des jambes seront en exercice, & par conséquent ils se fortifieront davantage.

Les cors aux pieds, qui viennent ordinairement après avoir fait usage de souliers trop petits, sont d'une assez grande incommodité, pour nous apprendre à ne pas porter une chaussure trop étroite, non-seulement à cause qu'une pareille chaussure prive les pieds de la nourriture qui y est nécessaire, mais encore parce que cela dé-

---

* J'entends hors la maison, car pour dedans, ils devroient, en tout tems, n'avoir d'autre chaussure qu'une petite sandale, & je puis répondre à ceux qui aiment l'élégance, qu'ils en trouveront davantage à cela chez les enfans, que dans leur chaussure ordinaire.

forme le pied, que cela diminue ses surfaces & ses points d'appui, ce qui fait qu'on n'est point assuré sur ses jambes, qu'on est incapable de se tenir long-tems debout, de faire à pied de longues courses, & qu'en perdant, dans cette partie essentielle, la force nécessaire qu'elle doit avoir, tout le reste du corps en ressentira de très-mauvais effets, parce qu'on ne pourra plus l'exercer au gré de ses besoins.

Ces observations sont d'une assez grande importance, pour qu'on doive exposer à l'air frais, tant qu'on pourra, les pieds des enfans. M. Locke conseille de leur mouiller tous les jours les pieds & les jambes dans l'eau froide, afin de les rendre peu sensibles au froid & à l'humidité. Il n'y a pas de doute que ces parties sont si utiles au reste du corps, qu'il faut mettre en usage tous les moyens qui peuvent les fortifier & les conserver bien saines. Il faut donc les endurcir d'abord contre le froid pendant l'enfance, & ne jamais porter des chaussures étroites; ces précautions sont si nécessaires, que si on les néglige, il est

très-certain que le ton de leurs fibres sera moindre, que leur tissu cellulaire se relâchera, & que les jambes deviendront œdemateuses avant l'âge de quarante ans; alors l'on sera déja dans la vieillesse avant que d'avoir beaucoup d'années.

NOURRITURE.

La base de la nourriture des enfans, à cette Epoque, jusqu'à l'âge de dix ou douze ans, doit être de la soupe dégraissée, faite avec du pain bis ordinaire, des panais, des carottes, au riz, &c. elle ne doit jamais être mitonnée, ce qui feroit une colle difficile à digérer, & qui produit toujours beaucoup de glaires. On a soin de la laisser réfroidir au point qu'elle ne soit que tiéde; si elle étoit froide, elle n'en vaudroit peut-être que mieux. Ils doivent en manger deux fois par jour. On la varie, afin de ne pas les dégoûter en leur donnant toujours la même chose. D'ailleurs, la variété des choses simples, fait un meilleur chyle que la continuité d'un même aliment, quelque bon qu'il soit en lui-même; parce que les alkalins, ou les aci-

des y domineront plus ou moins ; les sucs d'une autre espéce, en se combinant avec le résidu, le sédiment, la crasse, si l'on peut parler ainsi, qui se trouve dans l'estomac, charieront tous ensemble dans les intestins, ce qui entraînera tous les mauvais levains des précédentes digestions. Ce sont ces mauvais levains ; cette crasse, qui ôtent souvent l'appétit, qui portent à la tête des vapeurs mal-faisantes, & qui sont ordinairement la première cause de toutes les maladies putrides.

Les gens qui mangent souvent & beaucoup d'une seule chose, sont bien plus sujets aux maladies humorales que ceux qui mangent encore plus de diverses choses, par ce que, dans le premier cas, la combinaison n'a pas si bien lieu ; il reste dans l'estomac de mauvais levains qui s'échappent peu à peu dans les secondes voies ; ce miasme met le sang en fermentation, il s'aglutine dans les petits vaisseaux ; de-là les fiévres & plusieurs autres accidens très-graves ; il faut donc varier sa nourriture.

Je sais bien que les exceptions se pré-

ſentent ici en foule, que c'eſt dans l'âge, dans le goût, dans les diſpoſitions, le climat & le tempérament de la perſonne, qu'il faut chercher le point de direction qu'on doit ſuivre à cet égard; auſſi dans l'époque ſuivante, je tâcherai de jetter quelque lumière ſur cet objet important; mais ici je ne dois pas entrer dans ces détails; je propoſe ſeulement une régle générale, qui conſiſte à dire : qu'il faut nourrir les enfans juſqu'à l'âge de dix ou douze ans, avec de bons potages à la viande, au lait, aux légumes, au riz, &c. point d'alimens d'un goût relevé par des épiceries, mais de bonne viande ordinaire bouillie ou rotie; qu'ils la mangent ſans graiſſe & ſouvent froide, avec du pain raſſis au moins de deux jours; qu'ils boivent peu de vin & jamais pur; point de caffé ni de chocolat, ſurtout aux garçons. Je remarquerai encore ici en paſſant, que les liquides, tous les grands lavages quelconques, ne valent rien aux enfans, parce qu'ils ſont déja d'un tempérament aſſez humide, & qu'ils n'ont pas beſoin d'avoir la fibre plus relâchée.

C'eſt ici que les peres & meres doivent être attentifs ſur une antipathie que les jeunes gens prennent quelquefois contre certains alimens. Si cela vient après en avoir fait un eſſai récidivé, auquel l'eſtomac ſe ſera toujours refuſé, c'eſt un dégoût raiſonnable qu'on ne doit pas trop s'efforcer de vaincre, ſi, d'ailleurs, l'aliment eſt indigeſte ou d'un goût trop fort. Mais ſi ce n'eſt qu'un caprice des yeux ou de l'imagination, comme il arrive fréquemment chez les enfans trop mignardés, les parens doivent prudemment les inviter d'en manger, & ſoutenir leurs ſollicitations par l'exemple, par de bonnes raiſons, & quelquefois par la néceſſité. L'on ne s'imagine pas juſqu'à quel point ces dégoûts de fantaiſie nuiſent à la croiſſance du corps, à ſa vigueur, & à la bonne diſpoſition du tempérament des enfans ; tel, qui auroit été fort & robuſte, eſt reſté très-délicat, parce qu'on a été trop indulgent pour toutes ſes fantaiſies à l'égard des alimens.

OBSERVATIONS.

Les odeurs fortes, les bruits violens &

par ſurpriſe, les alimens aſſaiſonnés d'épiceries, ne valent rien aux enfans; cela doit nuire à leur croiſſance, parce que cela leur affecte vivement le genre nerveux, & que leurs ſens, qui ſont très-délicats, peuvent auſſi, par cette raiſon, y perdre de leurs facultés. Il eſt donc de la prudence de ceux qui élévent les enfans, de ne les laiſſer libres que ſur leurs exercices, & avec beaucoup de douceur, ne pas paroître les contraindre ſur rien, en les contraignant néanmoins ſur tout ce qui pourroit leur faire du mal.

Danger des vieilles hardes.

On ne doit jamais faire porter aux enfans de vieilles hardes de laine, ſans être bien inſtruit auparavant ſi ceux qui les ont déja portées, étoient alors en bonne ſanté; le plus ſûr eſt de n'en jamais acheter d'hazard, car il y a bien plus de maladies contagieuſes qu'on ne penſe ordinairement, ſurtout parmi le peuple, qui s'y expoſe tous les jours par néceſſité.

Si l'on conſidére que les enfans ont la peau plus ſouple & les pores plus ouverts que les adultes, on verra qu'ils ſont par

conséquent beaucoup plus exposés à en ressentir les mauvais effets ; l'on deviendra donc, à leur égard, plus scrupuleux encore sur un danger qui n'est point une chimère. La même précaution est très-essentielle pour le lit dans lequel on les met coucher.

Il vaudroit mieux faire coucher les enfans en plein air, que de mettre leur lit dans un lieu où ils seroient exposés aux vents coulis, parce que le corps ne peut jamais s'y accoutumer. L'on peut, dès l'âge de quatre ans, coucher dans un lit sans rideaux ; cela doit être même ainsi, dès qu'on a atteint l'âge de six ou sept ans ; mais il ne faut pas que l'air, qui vient par les portes ou par les fenêtres, tombe par jet sur le visage ou sur quelques autres parties du corps ; cela en intercepte la transpiration, ce qui cause infailliblement de grandes incommodités. L'on ne doit pas non plus coucher dans un lieu humide, parce que cela détruit le ressort de la fibre, & donne lieu à des engorgemens dans les vaisseaux, qui occasionnent diverses maladies.

Sur les vents coulis.

Sur l'atmosphère.

N'envoyez jamais les enfans dans des lieux où l'air ne se renouvelle pas assez, comme dans la chambre d'un malade où tout est ordinairement bien clos (assez mal à propos dans certains cas) dans les salles de spectacles où mille bouches exhalent une vapeur infecte & putride, qui fait tousser & cracher abondamment la moitié de ceux qui y sont, comme on peut le remarquer; il y en a même que cela fait tomber en syncopes.

L'on devroit avoir soin plus qu'on ne fait, de tenir toujours quelques fenêtres ouvertes dans les Eglises; & si l'on craint, avec raison, que le grand jour ne s'oppose un peu au recueillement des fidelles, il n'y a qu'à faire les Eglises plus obscures, en y faisant moins de fenêtres qu'on laissera toujours ouvertes, même en hyver. Nous ne dirons rien de l'abus qu'il y a d'y enterrer les corps morts, assez d'Auteurs illustres se sont récriés avec raison, contre cet usage dangereux.

Pour conserver ses dents.

L'on doit défendre expressément aux enfans de casser, avec leurs dents, des

noyaux de fruits, & généralement tous les corps durs; outre qu'il n'y a point d'avantages à cela, puiſqu'on peut, ſans riſques, les caſſer autrement (quand on n'en mangeroit jamais, on n'en feroit que mieux, car cela ne ſe digère pas) c'eſt qu'on perd ſûrement ſes dents par cette mauvaiſe habitude. Les dents ne ſont point comme les autres parties du corps, qui ſe fortifient ordinairement par l'exercice, elles ne ſont faites principalement dans l'homme, que pour inciſer & triturer les alimens; toute autre fonction ne ſert qu'à les détruire.

L'uſage fréquent des cure-dents n'eſt pas bon; celui des épingles, pour les nettoyer, eſt encore plus mauvais : tout ce qui pique la gencive ou qui lime l'émail des dents, doit être rejetté. Après le repas, & même tous les matins, on doit faire laver la bouche aux enfans avec un peu d'eau & de vin, cela doit ſuffire. Si l'on veut acquérir des connoiſſances plus étendues ſur cet objet important, il n'y a qu'à lire les bons ouvrages qu'on a fait ſur cette matière.

Pour éviter les poisons.

Il ne faut jamais faire usage de vases de cuivre, pour contenir ou pour faire cuire ce qu'on donne à manger ou à boire aux enfans. Ce métal, comme on sait, est très-pernicieux à la santé ; il engendre un verd de gris, qui est un poison très-subtil. Les vases de cuivre doublés de plomb, ou étamés, ont aussi de fâcheux inconvéniens; il vaut mieux se servir de vases de terre cuite, ou d'argent.

Prenez garde que les enfans n'habitent une maison fraichement bâtie, parce qu'elle sera encore humide, ni un lieu nouvellement peint ; car si les couleurs se font un peu sentir, cela pourra leur affecter la poitrine & tout le genre nerveux : d'ailleurs cela occasionne fréquemment une colique opiniâtre, qui corrode la membrane veloutée des intestins, & que les Médecins désignent par *Colica Pictorum*.

Si les enfans reçoivent la vapeur du mercure en fréquentant les maisons de ceux qui s'en servent dans leurs travaux, ou qu'ils touchent fréquemment les choses qui en sont bien imprégnées, cela leur

causera

causera des salivations trop abondantes ; peut-être que la tête leur enflera, & que des tremblemens dans tous leurs membres, seront les tristes fruits de leur inexpérience & de l'inattention de leurs parens.

Je ne conçois pas comment il y a tant de gens assez mal-avisés, pour dévouer, pour ainsi dire, leurs enfans, avec connoissance de cause, à des métiers aussi peu lucratifs & en même tems aussi dangereux à leur santé que ceux, par exemple, de broyeurs de couleurs, de peintres en bâtimens, de plombiers, de doreurs, & de plusieurs autres aussi funestes que nous leur voyons entreprendre tous les jours, qui raisonnablement ne devroient être le partage que des malfaiteurs. Cela nous montre bien, que si l'ignorance & l'imprudence sont souvent nuisibles à l'individu, elles sont du moins utiles à la société en général.

Les accoutumer à se chauffer peu

C'est un grand bien pour la santé des enfans, de les accoutumer à n'être pas frileux, & de ne les laisser approcher que très-rarement du feu, même dans les plus grands froids ; par ce moyen ils y seront

peu ſenſibles ; ils en ſupporteront plus patiemment les rigueurs; en ſe chauffant moins ils en ſeront plus agiſſans & plus diſpos ; ils acquéreront des forces que le feu leur fait perdre : car rien ne rend plus délicat, plus lâche, plus péſant & plus pareſſeux que de ſe chauffer beaucoup ; c'eſt auſſi ce qu'on remarque chez ceux qui vivent dans un air rarefié, ayant dans leurs chambres des feux ou des poëles qui y donnent beaucoup de chaleur ; ces perſonnes ont la fibre très-relâchée ; elle a perdu le ton qu'il lui faut dans ſon action, auſſi ces gens-là s'enrhument-ils d'abord qu'ils vont au grand air. Quand j'entens ces eſclaves de la moleſſe, ces favoris de Plutus, ſe plaindre de ce qu'ils ſont toujours enrhumés pendant l'hyver, je leur dirois volontiers : que ne vous plaignez-vous à la Fortune de ce qu'elle vous a donné aſſez de richeſſes pour prévenir tous vos beſoins imaginaires, ou plutôt, plaignez-vous de l'abus que vous en faites, c'eſt ce qui vous rend toujours ſi acceſſibles aux infirmités.

Toutes les parties qui ſont expoſées au

froid, y deviennent presque insensibles ; c'est un fait dont la simple exposition démontre l'évidence, car, dans les rigueurs de l'hyver, les femmes les plus délicates se découvrent impunément la poitrine, & personne ne sent le froid au visage & aux yeux. Ce n'est donc pas la nature qui nous assujettit à renouveller notre chaleur auprès d'un grand feu qui nous tient dans l'inaction ; elle nous sollicite, au contraire, pendant l'hyver, à nous donner plus de mouvemens que dans les chaleurs de l'été, saison où il semble qu'elle nous invite davantage au repos. Mais dès qu'une fois les grands feux d'appartemens sont devenus une affaire de luxe, on ne doit plus s'étonner que les habitans des Villes ayent adoptés par air, ce qu'ils devoient fuir par raison : au reste, il y a au moins deux classes d'hommes qui ne perdent rien à cela, ce sont les Médecins & les Marchands de bois.

Le sommeil est la cessation des fonctions & des mouvemens volontaires. Sa cause est la disette d'esprits animaux, & le relâchement des fibres du cerveau. Pendant

Sur le sommeil.

le ſommeil, le corps ſe rétablit & répare les pertes qu'il a fait pendant la veille.

Le ſommeil, dit M. Locke, eſt le plus excellent cordial que la nature ait préparé à l'homme. Cela eſt très-vrai; c'eſt un tems précieux à tout âge, & plus particulièrement encore à l'enfance. Plus nous ſommes près de notre naiſſance, plus le ſommeil nous eſt néceſſaire. On doit auſſi le proportionner à la force ou à la délicateſſe de l'enfant, car, dans cette Epoque, tous les enfans indifféremment, ne doivent pas dormir tant qu'ils veulent, parce qu'il arrive ſouvent qu'un gros enfant qui fait peu d'exercice & qui a le moins beſoin de dormir, eſt celui qui, par pareſſe, abuſe le plus du ſommeil. Il faut donc laiſſer dormir fort long-tems les enfans délicats: ordinairement le long ſommeil fortifie tous les enfans juſqu'à l'âge de ſept ou huit ans; ils doivent dormir, à cet âge, environ douze heures.

Quand les enfans ſe portent bien & qu'ils avancent en âge, l'on diminue leur ſommeil d'environ une heure chaque an;

née, enſorte qu'après l'âge de puberté, ſept ou huit heures de repos ſur vingt-quatre, doivent ſuffire dans les climats tempérés, un peu plus dans les pays chauds, peut-être un peu moins dans les pays froids.

Si vous réveillez avec douceur & jamais bruſquement les enfans; ſi vous leur faites commencer la journée par une occupation qui leur faſſe plaiſir, vous n'aurez pas de peine à les arracher du lit; leur réveil ſera doux & agréable pour eux; leurs humeurs, leur ſanté & la bonté de leur tempérament, ne peuvent que gagner à ces ſortes d'attentions & de ménagemens de votre part.

C'eſt être vraiment pere que d'élever ſes enfans dans la joie & dans la gaieté, en même tems qu'on leur fait aimer & pratiquer la vertu, car la gaieté repouſſe efficacement une foule de maladies qui aſſiégent l'humanité. Soins paternels.

Lorſqu'il leur arrive de ſe bleſſer dans leurs petits exercices, il ne faut jamais les gronder, afin qu'ils le diſent toutes les fois que cela leur arrivera; alors on pourra apporter tout de ſuite les ſecours convena-

bles à leurs accidens ; c'eſt une attention importante que la prudence & l'humanité dictent également. Les peres & meres éviteroient bien ſouvent de terribles maux à leurs enfans, s'ils les élevoient de manière à ne pas craindre de s'ouvrir à eux ſur tous les accidens qui leur arrivent. Que de gens ſont morts à la fleur de leur âge, & d'autres qui ſont aujourd'hui infirmes ou contrefaits, pour s'être bleſſés dans leur enfance, & pour n'avoir pas oſé le dire à leurs parens, dans la crainte d'en être maltraités ! Cet accident, qui n'auroit été qu'une bagatelle, ſi on y avoit apporté tout de ſuite les remédes néceſſaires, eſt devenu un mal incurable par le ſilence craintif de celui qui s'eſt ainſi bleſſé. Que je plains tous ces pauvres enfans, qui, entraînés par les plaiſirs & les jeux innocens, compagnes inſéparables de cet âge, ſont ſi ſouvent la victime de la mauvaiſe humeur & des caprices odieux d'un pere qui ſemble quelquefois ne veiller ſur eux, que pour être plûtôt leur tyran que leur Ange tutélaire !

L'on ne doit presque jamais battre les enfans, car, sans compter que c'est les avilir & les ravaler au rang des malheureux, & qu'on leur inspire des sentimens bas, rampans, sûrement le mensonge & peut-être des vices encore plus grands, c'est que, pour ne parler seulement ici que du mal physique qu'il en peut résulter, il est évident que cela est très-dangereux à leur santé, parce qu'on intéresse toujours les nerfs de la partie contuse. On a vû des hommes garder toute leur vie des tremblemens inguérissables, pour avoir été, étant écoliers, châtiés rudement par de féroces Régens. Soyez sûr que des coups, des meurtrissures sur des parties qui sont encore molles & délicates, produisent de très-mauvais effets pour le corps; cela en détourne le cours des fluides, & le plus souvent cela produit un grand ravage dans l'œconomie animale. Le moyen le plus efficace & le plus raisonnable de punir les enfans, c'est de les priver de tout ce qui peut leur faire le plus de plaisir, en leur faisant honte plus ou moins de tems, de

Comment il faut châtier les enfans.

cette punition, qui ne doit pas être de longue durée, quand elle a pour objet la privation des exercices du corps.

Ne pas médicamenter les enfans.

Il ne faut jamais ſaigner les enfans, à moins qu'ils ne ſoient attaqués d'une fluxion conſidérable ; c'eſt leur vie que leur ſang. C'eſt ſouvent le ſang qui détermine le tempérament, & comme le *ſanguin* eſt le meilleur des tempéramens, c'eſt auſſi celui qu'on doit le plus ſeconder dans les vûes de la nature.

M. Locke recommande beaucoup de ne jamais droguer les enfans par précaution, comme on dit quelquefois, & pour prévenir les maux dont on les croit menacés. Cet Auteur a très-bien fait de condamner fortement cette pratique, car, en effet, les médecines leur ſont très-contraires, quand ils n'en ont pas un beſoin bien urgent: outre pluſieurs inconvéniens qui peuvent en réſulter, c'eſt que les purgations les affoibliſſent beaucoup, & leur rendent pareſſeux l'eſtomac & les inteſtins; mais il s'en faut bien qu'il n'en réſulte que cela, les humeurs miſes en mouvement, fermen-

fent & produifent des accidens très-graves dans l'œconomie animale : d'ailleurs on fait que les médecines arrêtent les fécrétions, & en particulier l'infenfible tranfpiration, qui eft la plus effentielle & la plus confidérable de nos évacuations.

Il faut bien fe perfuader qu'on ne fauroit être d'une trop grande réferve à leur égard fur tous les médicamens. Il femble que dans les maladies qui affligent la jeuneffe, la féconde nature fe plaît à rejetter les remédes, pour déployer fes plus grandes reffources en fa faveur. J'efpere d'ailleurs que les jeunes gens, à l'avenir, endurcis par une bonne éducation phyfique, feront bien moins acceffibles à une multitude d'infirmités qui les affiége dans ce fiécle efféminé ; ou, en tout cas, que leur corps bien raffermi & plus robufte, faura bien fe rétablir fans les fecours de l'art, & furtout fans les drogues médecinales.

Quand un enfant fe plaindra d'un mal de tête ou d'un mal de cœur, comme on dit vulgairement, faites-lui faire diéte pendant vingt-quatre heures, fi vous pouvez ;

qu'il boive beaucoup d'eau pure, pour lui lâcher le ventre; ne lui donnez aucun sujet d'application ni de tristesse pendant ce tems-là, & s'il peut en même tems faire un peu d'exercice au grand air, vous rétablirez plus sûrement & plus promptement sa santé par ce moyen, que par des médicamens qui souvent ne font que développer & étendre le germe du mal plûtôt que de l'extirper *; & s'il est vrai que, par l'impéritie des hommes, la médecine a causé plus de maux que de biens à l'humanité, c'est surtout envers les enfans que cette vérité aura son application encore plus particulière.

Sur l'inoculation de la petite vérole.

Voici le cas d'une exception unique à l'observation précédente ; c'est depuis l'âge de cinq ou six ans jusqu'à celui de huit ou dix, qu'il faut inoculer la petite vérole aux enfans qui ne l'ont pas encore eu. On fait cette inoculation avec toutes

*Rome frugale, c'est-à-dire, Rome, pendant plus de cinq siécles depuis sa fondation, ne connut ni ne voulut admettre dans ses murs aucuns Médecins. La sobriété & l'exercice de ses vigoureux citoyens, repoussoient efficacement la plûpart des maux qui affligent l'humanité. Chassés de nouveau sous Caton le Censeur, César les rappella & les honora du Droit de Bourgeoisie. Auguste fit plus, il donna à *Antonius Musa* le droit de porter l'Anneau d'or.

les précautions requiſes par les ſavans Médecins qui les ont indiquées. Cette pratique eſt un ſage préſervatif contre les fréquens ravages d'une maladie affreuſe & contagieuſe qui ne diſpenſe preſque perſonne d'en être atteint une fois en ſa vie. Si l'on conſidére que la petite vérole nous vient preſque toujours par inoculation, de quelque manière que nous l'ayions, l'on comprendra aiſément que pour détourner ſes mauvais effets & la rendre plus benigne, il eſt très-important pour nous d'avoir cette maladie, quand notre corps eſt bien préparé à la recevoir. Je n'entreprendrai point de faire ici l'apologie de l'inoculation, des Philoſophes médecins, auſſi éclairés qu'amis de l'humanité, en ont aſſez prouvé la néceſſité ; mais ce qui doit mettre le dernier ſceau à l'évidence & à notre conviction, c'eſt l'heureuſe expérience de cette méthode ſalutaire qu'on fait aujourd'hui avec beaucoup de ſuccès dans la plus grande partie de l'Europe, même dans les climats les plus oppoſés.

Qu'on banniſſe donc une crainte auſſi

frivole que mal-entendue. Quand l'expérience parle, il faut entendre ſa voix, c'eſt le pur langage de la vérité. Partout ici ſon flambeau nous éclaire, en nous démontrant les grands avantages de cette heureuſe pratique. Il n'y a qu'un ſtupide bigotiſme qui puiſſe allarmer ſur cela des conſciences plus ſimples qu'éclairées. Il n'y a que des Médecins opiniâtres (car je les crois tous honnêtes gens) dont le défaut de lumières ne leur aſſigne d'autres places que l'éternel oubli des hommes, qui puiſſent écrire contre une méthode auſſi ſalutaire au genre humain. Au reſte, il y a eu de tout tems des hommes pareils à l'inſenſé Eroſtrate, qui voulut faire parler de lui, n'importe à quel prix que ce fût.

Il faut leur tranquilliſer l'eſprit.

Il eſt très-prudent de ne pas faire éprouver aux enfans les alternatives ſubites de la grande joie à l'extrême triſteſſe, parce que cela produit ordinairement de ſi fortes révolutions, qu'elles ſont capables de nuire pour toujours aux fonctions de l'œconomie animale. Si un chagrin imprévu leur arrachoit des larmes en abondance, gar-

dez-vous bien, peres & meres, de vouloir les arrêter promptement par des caresses, bien moins encore par vos menaces, surtout s'ils n'ont pas accoutumés d'en répandre facilement. Que d'infirmités, que de trépas, ont été les tristes suites de ce défaut de précaution !

Si un enfant est d'un naturel trop timide, trop peureux ou trop craintif, il faut travailler à le rendre plus hardi, sans quoi il sera toujours d'une foible constitution, parce que ses humeurs circulant alors trop lentement & souvent inégalement, il pourra se former des embarras & des obstructions dans ses viscères. L'on peut diminuer cette crainte quand elle est excessive, en le familiarisant prudemment avec l'objet de son antipathie; par exemple, s'il s'effraye des chevaux, des bœufs, &c. il faut le rendre familier avec ces animaux, en le conduisant doucement auprès d'eux, & en les lui faisant caresser. S'il craint de marcher de nuit, on doit l'y accoutumer en allant avec lui dans les commencemens. S'il craint d'aller sur l'eau, il faut

l'apprivoiser avec cet élément, l'engager à se baigner, & lui apprendre à nager; cela est même nécessaire à tous les hommes. L'on peut aussi le mener au plus haut étage des clochers, pour qu'il s'accoutume à regarder en bas des lieux les plus élevés. Dans un âge un peu plus avancé, il faudra, par dégrés, lui faire entendre le bruit voisin des grosses cloches & du canon; en un mot, il faut qu'il éprouve tout ce qui peut exercer son corps & tranquilliser son esprit.

Sur l'étude.

Quand on veut faire étudier les enfans, il faut les y amener par une pente bien douce qu'on semera de quelques fleurs; car la nature, dans le plus grand nombre, répugne beaucoup aux épines de l'étude; aussi voit-on peu d'enfans étudier par goût, surtout dans les commencemens; il y en a même plusieurs qui y perdent leur bonne santé, parce qu'il se fait une grande dissipation d'esprits animaux qui les énerve & nuit considérablement à leur croissance: peut-être aussi que la bêtise & la sévérité barbare de la plûpart des pédagogues con-

tribuent beaucoup à cette averſion. On voit, en effet, pluſieurs Régens qui ne ſe doutant pas qu'il faut un peu ſe modifier aux diſpoſitions naturelles de l'enfant, veulent en exiger l'impoſſible, même en s'y prenant mal ; alors cela inſpire un ſi grand dégoût, quelquefois une crainte ſi forte, ou une douleur ſi amère à pluſieurs de ces pauvres enfans, que cela attaque beaucoup la conſtitution d'un bon tempérament.

Céſar dit des Germains : que le corps profitoit en eux, de la négligence avec laquelle on traitoit leur eſprit ; que ne les gênant en rien, ne les obligeant pas d'étudier, & leur laiſſant pleine liberté de ſuivre le penchant qu'inſpire la nature à cet âge heureux, pour jouer & prendre de l'exercice, c'étoit-là une des principales cauſes d'où leur venoit cette hauteur de taille, cette vigueur robuſte qui faiſoit l'admiration des Peuples du Midi.

Je ſais bien que parmi les Nations policées, & dans l'état actuel où ſont les choſes, il eſt très-à propos d'exercer utilement

l'esprit, sans quoi l'on peupleroit l'univers d'ignorans vigoureux ; mais il y a un moyen qui seroit efficace, c'est de pouvoir faire ensorte que les exercices du corps & de l'esprit se servent mutuellement de récréation les uns aux autres, non pas à des heures fixes, comme on est obligé de faire dans les Colléges, mais plûtôt lorsque l'esprit se dirige vers l'un ou l'autre objet.

Si vous savez rendre les enfans friands de l'étude comme d'une récompense que vous leur accorderez, vous leur ferez aimer tous leurs devoirs ; quand ils les aimeront, ils les pratiqueront avec autant de gaieté que de plaisir ; alors l'esprit & le corps y trouveront également leurs avantages *.

Les facultés de l'esprit sont plus tardives dans les uns que dans les autres ; presque toujours il n'est pas au pouvoir des enfans de faire des progrès plus rapides ; cette disposition est, dans leur cerveau, plus ou moins compacte, & dans leurs organes ;

* Montagne dit : On doit ensucrer les viandes salubres à l'enfant, & enfieller celles qui lui sont nuisibles.

plus

plus ou moins déliés. Les enfans, chez qui ces facultés ne ſont pas ſi précoces, ſont ordinairement plus robuſtes ; c'eſt une preuve que la fibre, chez eux, n'eſt pas ſi délicate ni ſi vibratile; elle eſt plus groſſe, elle a plus de ſoupleſſe, elle admet plus de ſuc nourricier, donc elle ſera plus capable de ſe fortifier & de s'étendre : ainſi, peres & meres, ne vous allarmez pas tant de ce que vos enfans ne ſont pas ſitôt de gentils raiſonneurs, il y a pour vous & pour eux bien autant à gagner qu'à perdre, ſi d'ailleurs ils ont l'ame droite & le cœur bon; c'eſt à cela qu'il faut s'attacher ſpécialement dès leur plus tendre enfance, de même qu'à leur rendre le corps ſain & robuſte. Le goût de l'étude, ſi vous vous y prenez bien, leur viendra dans un tems où la conſtitution de leur tempérament étant plus forte, elle en recevra de moins fâcheuſes atteintes : je dis ſeulement *moins fâcheuſes*, parce que je crois que l'étude proprement dite, eſt un grand obſtacle à la ſanté de l'homme, ſi, ſans cela, il pouvoit ſe préſerver de l'ennui, qui eſt encore

plus à craindre & plus funeste à sa conservation.

Nous pourrions ajoûter (au moins c'est mon opinion) que les peres & meres feroient bien, à tous égards, de se mettre en état de pouvoir se charger seuls de l'éducation de leurs enfans *. Si, dans la suite, ces jeunes gens en veulent savoir davantage, il n'y aura qu'à laisser agir leur goût, si on le juge à propos, & leur permettre de se livrer à leur penchant. Je crois que leur passion les fera triompher glorieusement des obstacles, & qu'ils deviendront plus véritablement savans par eux-mêmes & par quelques conseils, qu'avec des Maîtres à froides méthodes, que dis-je! qui n'en ont qu'une, pour une multitude d'esprits différens : d'ailleurs, je ne

* Le moral y gagneroit sûrement beaucoup, car, que de sottises, de mensonges & de petites filouteries les enfans n'apprennent-ils pas dans les Colléges? Ils s'y dégourdissent mieux, dit-on, que dans la maison paternelle. Voilà un bel avantage, quand cela feroit vrai, en comparaison des vices qu'ils y apprennent, & du mépris odieux que la plûpart ont ensuite pour l'état & la personne de leur pere. L'on voit bien qu'il n'est pas ici question des enfans de seigneurs; ce qui convient à ceux-ci, ne fait souvent dans les autres que des orgueilleux, des libertins & des fripons qui ruinent leurs familles.

crois pas qu'un Maître ordinaire ait jamais donné le *génie* de la chofe, il y en a fûrement plus de mille qui l'ont ôté : voir, écouter, confulter, méditer & exercer, voilà, ce me femble, les vrais moyens d'acquérir.

EXERCICES.

La plûpart des jeunes gens aiment avec paffion tous les exercices corporels, ils ne demandent pas mieux que d'agir ; le repos, dans le jour, n'eft point du tout de leur goût ; le defir de fe mouvoir eft dans leur exiftence ; c'eft un don, je le répéte, que le fouverain Créateur leur fait à cet âge de foibleffe, où les fibres trop tendres, auroient de la peine à broyer les fucs, où les vaiffeaux encore trop lâches, ne réfiftent pas affez à l'effort du fang. La circulation ne feroit que médiocrement favorifée, les digeftions, les fécrétions feroient imparfaites, & le chyle mal-préparé, fi les enfans étoient moins avides de jeux & d'exercices. Il eft affez rare qu'il faille les provoquer à en prendre ; mais fi, par quelques fâcheufes difpofitions du corps ou de

l'esprit, ils n'en prenoient pas assez; il ne faudra pas manquer de les y exciter par l'attrait du plaisir, car c'est à sauter & à folâtrer que doit se passer l'enfance. Il ne faut donc pas s'opposer à ces plaisirs, ni les forcer à être tranquilles contre leur gré, pas même trop long-tems, comme nous avons dit, à titre de punition; l'on doit, au contraire, leur fournir, tour à tour, des occupations de corps & d'esprit, car s'ils s'abandonnoient à une humeur lâche & paresseuse, ils languiroient dans un état de foiblesse & d'anéantissement très-préjudiciable à leur santé. Le repos dans le jour, surtout celui qu'on prend quand on est assis mollement, n'est point fait pour cet âge où la nature ne respire que le mouvement & la liberté pour se fortifier & s'accroître.

Je crois que le matin, quand ils se lévent, il est encore très-bon pour eux, de leur faire exercer les bras en tous sens, pour favoriser le développement de la machine & y animer la circulation. Il faut aussi les accoutumer à se tenir debout

presque toute la journée, soit qu'ils mangent ou qu'ils étudient, parce que cela fortifie tous leurs membres. La table sur laquelle ils feront ces fonctions, doit être de niveau à leur poitrine. L'habitude de se tenir debout, en exerçant davantage tout le corps, les oblige de le tenir droit, ce qui est encore un bien pour sa perfection: d'ailleurs ils en reposeront mieux la nuit, quoique dans un lit un peu dur, sans plumes & sans rideaux, toujours à froid, pourvû qu'il soit bien sec, à l'abri des vents coulis, & tant qu'on pourra, dans une chambre exposée au midi, où il n'y ait point d'odeurs, & où l'air circule librement.

L'on peut déja à cet âge leur apprendre à grimper adroitement sur les arbres, à escalader des murs, parce que cela peut être utile dans une occasion forcée; d'ailleurs l'agilité concourt parfaitement à entretenir la santé en dépurant les humeurs. Il faut aussi leur enseigner à jouer des deux mains à tous les jeux d'exercices, à jetter loin des pierres en visant à un but. On peut leur

permettre des courses modérées au soleil ; à la pluie, dans des chemins sablonneux, pierreux & raboteux, dans des terres grasses & labourées, sur des montagnes & des rochers praticables, par le froid, & même sur la glace où ils apprendront à patiner. Ils peuvent commencer des jeux de corps, de petites luttes, cela les fortifie en rendant leurs membres plus charnus. Il est bon aussi de les faire marcher à pieds nuds dans la maison, sur des carreaux froids, toujours la tête & la poitrine découvertes, jamais de gands ni de manchon aux mains ; si un rhume survient par hazard, continuez le même régime sans faire aucuns remédes qu'un peu de diéte, & surtout n'écoutez jamais aucuns conseils pusillanimes : mais il faut qu'ils demeurent en bon air, dans un lieu sain éloigné des marais, des marchés, des hôpitaux, des cimetières, & de tous les lieux où l'air est infecté de mauvaises exhalaisons. Voilà, à peu près, tout ce qu'on peut faire pratiquer aux enfans jusqu'à l'âge de dix ou douze ans.

QUATRIÉME ÉPOQUE.

Elle contient l'eſpace depuis que l'enfant a atteint l'âge de dix ou douze ans, juſqu'à ſa puberté, qu'on fixe ici à l'âge de quinze ou ſeize ans.

PLUS l'enfant avance en âge, plus les facultés de ſon ame ſe développent. Les fonctions vitales s'exécutent auſſi de mieux en mieux.

HABILLEMENT.

L'habillement eſt le même, à cet âge, que celui qui eſt énoncé dans l'Epoque précédente. L'on ſuivra la mode du pays autant qu'elle ſera fort ſimple, aiſée, & qu'elle ne gênera aucune partie du corps; pour peu qu'elle ſoit contraire à cette loi de ſageſſe & de liberté, il faut l'abandonner; c'eſt alors un tyran qui n'a droit de régner que ſur les vils eſclaves qui l'encenſent.

Quand on s'apperçoit que la croiſſance de la perſonne a rendu ſes vêtemens un peu étroits, on doit lui en faire porter de

plus larges, par les raiſons que nous avons tant répétées dans les précédentes Epoqnes. Il vaut mieux qu'ils ſoient tout-à-fait médiocres, & en changer plus ſouvent, c'eſt-à-dire, d'abord qu'ils peuvent gêner un peu les mouvemens du corps; en obſervant que dès l'âge de ſix ou ſept ans, il faut s'habiller moins chaudement, afin de parvenir, par gradation, à ſe faire, comme on dit vulgairement, un corps de fer, en s'accoutumant, dès ſa tendre jeuneſſe, à ſe rendre inacceſſible aux rigueurs des ſaiſons.

NOURRITURE.

L'homme eſt fait pour être moins occupé à manger que les animaux. Le plus grand gourmand d'entre les humains n'y employe pas trois heures ſur vingt-quatre. Les matières végétales & animales ſont faites pour ſa nourriture. Le mélange de ces deux ſubſtances corrige le trop grand effet de l'une ou de l'autre; car ceux qui ne ſe nourriſſent que de chairs, ſont ſujets à la corruption, ceux qui ne ſe nourriſſent que de végétaux, à moins qu'ils n'habitent

des contrées brûlantes, tombent dans d'autres inconvéniens, tels que le froid, les crudités d'eſtomac, les viſcoſités, &c. c'eſt pourquoi dans nos climats, il eſt bon de manger auſſi un peu de viande, afin que ſon alkaleſcence ſe combinant avec l'aide des végétaux, il en réſulte un composé qui ne participe des mauvaiſes qualités de l'un ni de l'autre.

L'on doit mener une vie un peu auſtère ; en s'accoutumant à manger de tout ce qui ſe mange, ſans être délicat ſur le choix des aſſaiſonnemens qu'on doit ſimplifier le plus qu'il eſt poſſible, en ſe perſuadant bien que le meilleur de tous eſt celui de l'appétit qu'on gagne par l'exercice du corps. On fera bien de manger ſouvent froides les viandes bouillies ou roties *. Il faut bien mâcher ce qu'on mange, pour mieux imprégner de ſalive le bol qu'on fait alors dans la bouche ; cela ſert à développer toutes les qualités ſapides contenues dans les alimens, pour qu'elles puiſſent agir ſur

* La viande rotie fait une moindre diſſipation de ſucs nourriciers, que la bouillie qui eſt cuite dans un *medium* tel que l'eau.

les papilles nerveuſes de la langue, & qu'en flattant notre goût, elles faſſent prendre la nourriture avec plus de plaiſir. Cela prépare auſſi la ſeconde digeſtion, qui ſe fera d'autant plus aiſément & plus parfaitement, que les alimens auront été bien broyés; car l'action des fluides ſur les ſolides eſt en raiſon de leurs ſurfaces; or un aliment en préſentera d'autant plus, qu'il aura été bien diviſé; donc les ſucs de l'eſtomac agiront plus puiſſamment, donc la vraie digeſtion ſe fera beaucoup mieux. Il en réſultera encore cet avantage, c'eſt qu'en mangeant moins, l'on fera tout autant de chyle, & qu'il ſera d'une meilleure qualité, quand on aura bien mâché ſes alimens; car ce n'eſt pas toujours la quantité d'alimens qui fait le plus de chyle, c'eſt la qualité & le dégré de préparation qu'ils ont reçus pour ſe bien digérer.

La nourriture ne doit pas être délicate ni exquiſe; elle doit être ſolide & ſimple. Il faut attendre le beſoin de manger ſans jamais le prévenir; l'appétit en eſt le thermometre; s'il ne faut pas attendre qu'il

ſoit baiſſé au dernier dégré du beſoin pour manger, il ne faut pas non plus le laiſſer monter au dégré du raſſaſiement, c'eſt-à-dire, qu'il faut manger quand on a faim, & qu'il eſt bon, en quittant le repas, de ſentir encore légérement l'aiguillon de l'appétit, & de lui réſiſter.

L'on prétend, avec aſſez de fondement, que les alimens que nous mangeons avec plaiſir, qui flattent notre goût, ſe digérent mieux : en effet, les papilles nerveuſes de la bouche, excitées par des mets que nous trouvons délicieux, reçoivent une plus grande quantité d'eſprits animaux, & conſéquemment aident mieux à la digeſtion, au lieu que les alimens qui répugnent au goût, font perdre l'appétit, parce qu'il ſe fait alors une ſenſation déſagréable ſur l'eſtomac, qui provient de la ſympathie des nerfs du gozier avec ceux de l'eſtomac. Mais ceci ne doit s'entendre que des alimens ſimples; & non pas de ceux qu'on compoſe de pluſieurs aſſaiſonnemens qui ſont ordinairement très-funeſtes à la ſanté. Il ne faut jamais exciter

ſon appétit par aucuns de ces mets; quand la nature, cette bonne mere, nous le refuſe quelquefois, c'eſt un avertiſſement qu'elle nous donne de faire diéte, afin que, pour notre bien, nous ſecondions efficacement ſon ouvrage.

Les animaux nous donnent, ſur cela, une leçon très-ſage, parce qu'ils ne ſuivent que l'inſtinct de la pure nature, au lieu que la plûpart des hommes s'en écartent mal-à-propos, pour ſuivre plûtôt leurs caprices, qui les précipitent ordinairement dans un abyme de maux, ce qui hâte le moment du ſommeil éternel.

Le chagrin, l'inquiétude diminuent l'appétit, parce que ces affections fâcheuſes baiſſent le ton de la fibre & la relâchent. La même choſe arrive lorſqu'on habite des lieux humides, qu'on prend des boiſſons trop abondantes, ou quand l'eſtomac ſe trouve tapiſſé de ſabures viſqueuſes, parce qu'elles forment autour de ce viſcère, un enduit qui empêche les fibres d'être irritées.

L'on doit varier ſa nourriture, comme

nous avons dit, & cependant donner quelquefois la préférence aux alimens ſimples que nous mangeons avec le plus de plaiſir ; mais, excepté dans une convaleſcence ou dans la vieilleſſe, il ne faut pas traiter ſérieuſement du choix de ſes alimens. L'on doit manger avec modération, tout ce qui ſe préſente pour cela, & vaincre, autant qu'on le peut, ſon imagination, en ſe roidiſſant contre une répugnance recherchée, ou ſur l'idée délicate d'une grande propreté. Laiſſez ces petites mignardiſes aux femmes oiſives & dégouttées, mais, pour vous, qui voulez devenir robuſtes, attendez que l'appétit que vous aurez pris aux mouvemens du travail, vous donne des leçons ſur cette matière, vous verrez que c'eſt un grand maître en cette partie.

Par le mot d'*aliment*, on entend tout corps en général qui peuvent ſe digérer dans l'eſtomac, ſe convertir en chyle & en ſang, pour ſervir à la nourriture & à la conſervation du corps. Sur les alimens.

On diſtingue deux ſortes d'alimens, les ſolides & les liquides ; dans cette dernière

eſpéce, on ne comprend que l'*eau* ſeulement. Les ſolides ſe tirent du régne animal & du régne végétal ; les minéraux, tels que les ſels, ne ſervent qu'à leur aſſaiſonnement.

C'eſt bien moins par l'uſage de certains alimens, que par la privation de ceux que les cuiſiniers empoiſonnent avec tant d'art, que nous nous entretenons dans l'état de ſanté, & que nous prolongeons notre ſéjour ſur la terre ; car la frugalité & la tempérance concourent parfaitement à détourner cette multitude de maux qui afflige le corps humain. Il n'y a réellement dans les Villes, que les gens ſobres qui goûtent les plaiſirs des ſens dans toute leur excellence, & qui atteignent à une belle vieilleſſe exempte des plus triſtes infirmités. Ce qu'on va bientôt lire ſur l'intempérance, ne contredit point du tout ce que je dis ici ; un peu d'attention ſuffira pour s'en convaincre.

L'Etre ſuprême, par un effet de ſa ſageſſe infinie, a fait croître abondamment dans chaque pays, ſuivant ſon climat, les

alimens qui conviennent le mieux à la nourriture de ses habitans. Dans les pays chauds, la terre foisonne d'aromates, de végétaux & de fruits rafraichissans des plus exquis, qu'on y mange sans cuisson, & qui peuvent, par leurs diverses propriétés naturelles, corriger beaucoup la disposition alkaline que les humeurs du corps humain contractent aisément dans ces contrées brûlantes. Les pays froids, où la terre n'offre pas autant de richesses, sont abondamment pourvus de poissons, d'autres animaux & de graines, qui exigent d'être préparés par l'action du feu ; aussi ces froides contrées sont-elles toutes hérissées de forêts.

Il ne paroît pas que la nature ait fait défenses aux hommes de manger des viandes, car si nous considérons la quantité d'animaux qu'il y a sur la terre, & le nombre prodigieux qu'il y en auroit de plus si nous n'en mangions point *, on se persuadera aisément qu'ils sont encore plus

* On remarque que les bêtes féroces sont moins fécondes que les animaux utiles. Mais que dira-t-on aussi de cette prodigieuse fécondité dans la vermine dont nous ignorons l'utilité ?

deſtinés à nous alimenter, qu'à nos autres uſages ou à nos plaiſirs. J'en excepte pourtant ceux qui mangent les charognes & les viandes gâtées, parce que leurs ſucs ont trop de diſpoſition à la putréfaction.

Si les animaux ſe mangent les uns les autres, pourquoi l'homme, qui, de ſon vivant, nourrit de ſa propre ſubſtance pluſieurs petits inſectes, & qui, après ſa mort, ſert de pâture aux vers, ne ſe nourriroit-il pas lui-même de la chair des animaux ? La nature lui a donné, comme aux carnivores, quelques dents canines, qui ſervent à déchirer les chairs ; on ne remarque point dans les plantivores de dents de cette eſpéce : d'ailleurs on obſerve que le ſuc des animaux répare plus promptement nos forces que celui des végétaux ; on penſe même que les animaux qui mangent d'autres animaux vivans, tels que les poiſſons, par exemple, tous les animaux aquatiques & les volatils, qui ſe nourriſ-d'inſectes, ont un ſuc plus nourriſſant, & qui s'aſſimile plus promptement avec le nôtre. N'eſt-il pas raiſonnable de croire

que les substances déja animales, donnent des sucs plus analogues aux nôtres, & que c'est un suc tout préparé, qui épargne une peine quelquefois trop laborieuse à nos viscères ?

Un Auteur moderne a dit avec beaucoup d'esprit, qu'il semble que l'animal ait été formé pour être un estomac vivant qui nous broye continuellement des alimens pour nous les mieux préparer. Il auroit pû ajouter, que c'est un service que nous rendons mutuellement dans toute la nature. Faisons encore quelques observations sur les alimens.

La nature donne aux enfans nouveaux nés, le lait de leur mere ; ce lait n'est, ni une substance entiérement animale, ni entiérement végétale.

Le lait est une liqueur séparée dans les mamelles des femelles. On y distingue trois parties.

La *butyreuse*, dont on fait le beurre, est composée d'un sel volatile, & de souffre très-atténué, ce qui la rend échauffante.

La *caséeuse*, formée par les portions les

plus craſſes & les plus terreſtres, eſt celle qui compoſe le fromage.

Enfin la *ſéreuſe*, qui rafraichit & relâche, eſt celle qui reſte après qu'on a enlevé les deux autres, & à laquelle on a donné le nom de petit lait.

Le mélange exact de ces trois parties, fait un compoſé qui, pour être parfait, doit être blanc, ſans odeur, ſans ſaveur marquée, & d'une médiocre conſiſtance.

On remarque que les peuples, comme les Circaſſiens qui ne vivent preſque que de laitage, ſont grands, forts, robuſtes, qu'ils ont une longue vie, & que leurs femmes ſont très-belles. On reconnoît par-là dans l'uſage du lait, un très-grand avantage. Il ſemble donc que ſi on pouvoit avoir une nourriture qui, comme le lait, ne fût ni entiérement animale, ni tout à fait végétale, ce ſeroit la meilleure nourriture ; la raiſon ſemble nous le dire ainſi, parce que l'une corrige le trop grand effet de l'autre, comme nous l'avons dit plus haut. Il ne faut donc pas s'élever contre ce mélange de ſubſtances que l'on

mange, c'est le vrai moyen de faire un suc analogue au lait, qui est le meilleur des sucs. Mangez donc de plusieurs choses qui vous font plaisir, mais en petite quantité de chacune. Il me semble que c'est sur ses idées qu'on doit choisir ses alimens; l'on peut aussi ajouter qu'il est bon de consulter son odorat, parce que ce qui lui est désagréable, est rarement bon à l'estomac & *vice versâ*, cela vient de l'affection sympatique des nerfs.

M. Haller rapporte, qu'un enfant laissé par ses parens au milieu d'un grand bois, ne se nourrit que des herbes qu'il rencontra, & qu'il devint d'un tempérament très-vigoureux. Ce fait, qui est favorable à l'opinion de ceux qui prétendent que l'homme ne doit se nourrir que de végétaux, en le supposant exactement vrai, ne prouve pas encore assez l'excellence de leur systême.

L'histoire nous dit, que les habitans du Brésil ne mangeoient autrefois que des alimens tirés du régne végétal; qu'ils vivoient jusqu'à cent vingt & même cent trente ans;

que leur taille étoit de ſept pieds, & qu'ils étoient très-vigoureux ; mais que depuis qu'ils ont pris nos uſages, leur vie eſt bien racourcie, & que leur taille a beaucoup dégénéré. Je ne ſai pas ſi ce fait eſt dans la plus exacte vérité, mais, ſans recourir ici aux témoignages incertains de l'hiſtoire, ce qu'il faut croire, c'eſt que dans les pays chauds, les humeurs inclinant beaucoup à l'alkaleſcence, les végétaux ſont un meilleur aliment que les viandes, puiſque dans les pays froids, indépendamment du pain, qui eſt une ſubſtance végétale, il eſt même encore bon de ſe nourrir autant de l'un que de l'autre, afin que les humeurs ne ſe diſpoſent pas tant à la putréfaction. La nature nous donne encore ici un de ſes avis ſalutaires ; outre que dans les climats tempérés, les légumes ſont plus abondans en Eté qu'en Hyver, c'eſt que dans les chaleurs ardentes de la canicule, nous ſommes beaucoup moins portés à nous nourrir de viandes que de végétaux.

La cuiſſon eſt la première préparation néceſſaire dans les viandes. S'il en faut

croire quelques relations, les Cafres, qui la mangent crue, ont tous la bouche puante, les dents gâtées, & leur vie ne s'étend guére au-delà de quarante ans. Les Abyssins, qui font cuire leurs viandes, n'ont point ces incommodités, & leur vie est d'une plus longue durée.

Moyse défendit aux Hébreux de manger les animaux où le sang seroit encore, comme ceux qui auroient été étouffés. En voici la raison physique; c'est que le sang qui reste dans les animaux, leur donne beaucoup plus de propension à la putréfaction, & que moins il y a de sang, moins il y a aussi de disposition à la pourriture. Cette différence est moins sensible dans les pays du Nord que dans ceux de l'Orient.

Les Groenlandois, les Lapons, qui ne se nourrissent guére que de poissons, ont tous un mauvais teint, & avec cela, les jambes grêles & tremblantes; ce qui vient sans doute de ce que les poissons abondant en huile, cette huile se rançit, devient âcre & mordante; la fibre se désséche, & ne sauroit prêter assez; de-là vient leur foi-

bleſſe. Les Ordres de Moines, qui mangent beaucoup de poiſſons, ne ſont pas ſujets à ces inconvéniens, parce qu'ils boivent de bon vin, & qu'ils mangent auſſi de bons légumes : d'ailleurs ils ſavent ſi bien choiſir ce qui peut flatter leur goût, que la combinaiſon ſe fait chez eux à merveille.

Des boiſſons.

De toutes les boiſſons, l'*eau* eſt la meilleure; c'eſt le délayant par excellence. Les Chymiſtes l'appellent le vin catholique. Des Philoſophes & des Alchymiſtes la croyent l'ame de la nature; & en effet elle y joue un très-grand rôle.

L'eau exige deux principales qualités, la légéreté & la limpidité.

L'on peut éprouver l'eau par le moyen facile de la leſſive. On met, dans un vaſe, des cendres de bois neuf; on y répand de l'eau; l'on a, dans un verre, l'eau qu'on veut éprouver; on y répand quelques gouttes de cette eau de cendre repoſée; plus l'eau du verre ſe troublera, moins l'eau ſera bonne à boire.

L'eau de la Mer n'eſt pas buvable, par

rapport à ses sels. Malgré tous les efforts qu'on a fait jusqu'à présent pour la rendre potable, on n'a jamais pû y parvenir: peut être doit-on reconnoître en cela, la sagesse du Créateur, qui a voulu mettre un frein à la fureur & à la cupidité des hommes.

L'eau de pluie n'est pas trop bonne à boire; c'est une espéce de lessive des sels qui voltigent dans l'atmosphère; mais lorsque cette pluie a passé par les pores de la terre, & qu'elle paroît en forme de rivière ou de fontaine, elle s'est filtrée & débarrassée des corps hétérogenes qu'elle contenoit; pour lors, c'est la meilleure à boire.

L'eau des puits, des étangs, des marais, ne vaut rien, parce qu'elle y croupit, qu'elle est remplie d'ordures & d'œufs d'insectes. Il est vrai qu'on peut la purifier par le moyen du mercure; c'est le plus efficace. On peut aussi la purifier en la faisant bouillir, en la passant dans un tamis très-fin, dans des éponges, & surtout en la faisant filtrer dans du sable blanc; ce moyen

eſt très-aiſé, & doit toujours être mis en uſage, même pour l'eau de rivière, de fontaine, &c. parce que cela la rend plus légère & plus limpide.

Quoique l'eau pure ſoit le délayant par excellence, & uſité par toute la terre, comme étant la boiſſon la plus ſaine, la meilleure, & celle qui convient au plus grand nombre de perſonnes; cependant les tempéramens phlegmatiques, ceux qui vivent dans un climat humide, qui ſe nourriſſent d'alimens gras & huileux, les gens foibles & qui diſſipent beaucoup, feront bien de boire un peu de vin. L'uſage de l'eau pure, ou mêlée d'un peu de vin naturel, eſt donc plus ou moins bon, ſuivant le tempérament de la perſonne, le pays qu'elle habite, & les travaux qu'elle fait. Voyez ci-après ce que je dis là-deſſus, en expliquant, en abrégé, les divers ſymptômes des quatre tempéramens principaux, que le jeune homme indiquera par ſa figure & ſes paſſions.

Après l'eau ſimple & légère, le *vin*, qui eſt le ſuc fermenté de la vigne, eſt la

meilleure liqueur qu'on puiſſe boire; car, au fond, ce n'eſt que de l'eau à laquelle on a ajoûté quelques eſprits ardens ; cependant il faut le mêler avec beaucoup d'eau, pour en faire ſa boiſſon ordinaire, & choiſir un vin de deux ou trois ans qui ſoit agréable & léger ; car plus le vin a de tartre, moins il eſt ſalubre ; tels ſont les vins du Rhin, de Portugal, &c.

Cette liqueur eſt très-ancienne ; les Livres ſaints la font trouver par Noé. Les Payens diſoient que Bacchus en étoit l'inventeur.

Le vin, pris modérément, égaye, répare les eſprits, fortifie l'eſtomac, donne du ton à la fibre ; il réveille & procure un état délicieux.

Le vin blanc eſt plus diurétique, plus léger ; mais il monte davantage à la tête : il convient aſſez aux perſonnes graſſes & qui urinent peu, pourvû qu'elles en uſent ſobrement.

Il y a des méthodes ſûres pour éprouver le vin, qui ſont répandues dans beaucoup de livres. Le vin des cabarets eſt toujours

ſi ſuſpect à un homme prudent, qu'il ne ſe livrera pas beaucoup à en boire.

La *bière*, dont nous devons l'invention aux Egyptiens, eſt auſſi une liqueur fermentée, qui demande beaucoup plus d'appareil. Elle n'eſt pas une boiſſon auſſi ſaine que l'eau & le vin. Elle rend peſans & indolens ceux qui en uſent fréquemment, à moins qu'elle ne ſoit très-légère : au reſte, elle eſt plus ou moins mal-faiſante, ſuivant les ingrédiens qui y entrent. Sa compoſition n'eſt pas partout la même ; elle ſe fait un peu différemment dans chaque pays où il y en a même de qualité différente. Ce qui ne prévient pas favorablement pour cette boiſſon, c'eſt qu'on remarque que l'ivreſſe qu'elle cauſe, eſt encore plus funeſte à la ſanté que celle du vin ; & d'ailleurs c'eſt qu'elle fait uriner très-peu.

Le *cidre*, qui eſt le ſuc fermenté des pommes, n'eſt pas meilleur que la bière; l'on prétend même, d'après l'expérience, que ſon fréquent uſage attaque le genre nerveux. Il donne ſouvent la colique à ceux qui n'y ſont pas faits: l'excès de cette

boiſſon eſt très-dangereux à toutes ſortes de perſonnes.

Quand aux liqueurs fortes, elles brûlent & deſſéchent la fibre.

Il eſt encore d'autres boiſſons qui ne ſont pas fermentées, ce ſont les infuſions de thé, de caffé, de chocolat, &c. Plus ces liqueurs contiennent d'huile eſſentielle des plantes, plus elles approchent de la nature des liqueurs fermentées ; car les huiles eſſentielles des plantes ont beaucoup d'analogie avec les eſprits ardens que forme la fermentation.

OBSERVATIONS.

Il y a bien de l'injuſtice aux peres & meres de s'offenſer, & de reprendre avec beaucoup de ſévérité un enfant qui aura échappé un vent par la bouche ou par l'anus. Qu'on lui ordonne de s'éloigner, quand ce beſoin le preſſera, c'eſt fort bien fait, s'il en a le tems & la facilité ; mais ſi cela ne ſe pouvoit pas, j'aimerai encore mieux lui laiſſer commettre cette prétendue incivilité, que de le forcer à retenir & à condenſer ces vents dans ſes inteſtins,

qui, en s'y accumulant, produiroient infailliblement des effets très-pernicieux à sa santé.

Sur l'imitation.

L'exemple, soit en bien ou en mal, est l'école la plus frappante pour les enfans, non-seulement pour le moral, mais encore pour le physique. L'on fera donc bien de ne pas faire devant eux ce qu'ils ne pourroient imiter sans nuire à leur santé; ainsi il faut éloigner de leurs yeux les gourmands, les ivrognes, les lâches paresseux, les gens téméraires, violens, furieux, & surtout les infâmes débauchés.

Les faire coucher durement & lever matin.

L'enfant étant couché, doit avoir le corps étendu, la tête peu élevée, afin qu'il ne se voute pas; il doit être peu couvert, pour ne pas exciter en lui une transpiration trop abondante, qui l'affoibliroit sûrement. Ce seroit encore ici le cas de l'habituer à se coucher sur le côté droit, parce que, dans cette situation, le cœur ayant sa pointe panchée, a aussi le plus grand jeu possible, ce qui porte la circulation jusqu'aux extrêmités.

A mesure que l'enfant avance en âge,

on doit, comme nous avons dit, l'accoutumer à dormir un peu moins sans jamais l'éveiller brusquement. L'usage de le faire coucher de bonne heure est très-sage, afin de lui faire prendre l'air du matin, qui est si salutaire à la santé, & si propre à fortifier le corps en rafraichissant le sang, & en donnant, comme il fait, de l'élasticité à la fibre; ce qui procure en même tems, un très-grand bien à l'organe de la vûe.

Si c'est à la campagne, ou dans une maison qui ait un jardin, il est bon d'y aller faire une promenade de grand matin, en sortant de son lit. L'air frais & agréable qu'on y respire, les attraits d'une brillante aurore, les corpuscules qui s'émanent des fleurs, l'esprit recteur qui s'exhale des plantes, réjouit le cœur dès le matin; cela dilate la poitrine, & fait respirer aisément dans un atmosphère qui a acquis une espécé de propriété balsamique, qui donne de la volatilité aux fluides, & hâte le mouvement du sang; cela divise les humeurs, & empêche qu'il ne se forme des embarras dans les petits vaisseaux, & par conséquent

des obſtructions dans les viſcères, comme il arrive aſſez fréquemment chez les pareſ-ſeux, qui ſont tous grands dormeurs.

M. Locke recommande bien particuliè-rement de faire coucher durement les jeu-nes gens, c'eſt-à-dire, ſur des matelas de paille, de laine ou de crin, & jamais ſur des lits de plumes, parce qu'ils produiſent néceſſairement des complexions délicates & valétudinaires. Ce Philoſophe dit très-bien, qu'un lit dur fortifie les membres, & qu'un mollet, où l'on s'enſevelit chaque jour dans la plume, fond & diſſout, pour ainſi dire, tout le corps; ce qui cauſe ſou-vent des foibleſſes, & eſt comme l'avant-coureur d'une mort prématurée. Cette expreſſion n'eſt pas exagérée, car outre que rien, en effet, n'eſt plus préjudicia-ble à la ſanté & à la vigueur du corps, que de s'enfoncer toutes les nuits dans un lit de plumes, c'eſt que, de plus, il eſt bon de penſer quelquefois qu'on ne ſait pas trop à quel genre de vie l'on eſt deſtiné, & que pour ne pas tant ſouffrir à l'avenir, il eſt très-à propos, dés le préſent, de s'en-

durcir à la fatigue. La nature nous donne déja assez de besoins, sans qu'on doive chercher à les multiplier sans nécessité. Je crois, au reste, que si on calculoit la somme des plaisirs qu'il y a dans les deux façons de vivre opposées, c'est-à-dire, entre une vie molle & une vie dure, qu'on trouveroit le même résultat des deux parts; car l'habitude constante d'une chose supportable en ôte la peine comme le plaisir; elle devient seulement une nécessité dont la privation est une peine. En s'accoutumant donc de bonne heure à une vie dure, sans en être plus à plaindre dans le présent, il n'y a que du bien à en espérer pour l'avenir; c'est même un trésor qu'on prépare pour sa vieillesse: d'ailleurs l'expérience nous prouve qu'une vie un peu austère fortifie beaucoup la constitution du tempérament.

La trop grande sensibilité de l'ame nuit au corps.

Il faut convenir que si la grande sensibilité de l'ame est souvent un bien moral; elle cause presque toujours aussi un mal physique à la personne qui en est vivement affectée *. Je dirai ici avec assurance, que

* C'est quand ce mal commence à se faire sentir, que les

le ſentiment trop vif de l'ame, nuit beaucoup à la ſanté & à la vigueur du corps. Si l'on me demande, eſt-ce de la foibleſſe des organes du corps que dérive cette grande ſenſibilité de l'ame ? Je répondrai ſeulement, que je ne ſai rien de poſitif ſur cela, ſinon, que le défaut d'habitude peut y avoir beaucoup de part ; mais je dirai en même tems, commencez toujours de bonne heure à endurcir vos enfans contr'eux-mêmes, en les empêchant prudemment de ſe tourmenter, & de s'abandonner aux plaintes & à la douleur pour un petit mal qu'ils ſouffrent, ou qu'ils voyent ſouffrir aux perſonnes qui leur ſont attachées par les liens du ſang & de l'amitié. J'imagine qu'il n'eſt pas beſoin d'expliquer ici, que je ne prétens pas non plus en faire des automates par une indifférence outrée.

M. Locke dit : quels que ſoient les coups que les enfans reçoivent, arrêtez leurs pleurs auſſitôt ; j'ajoûterai, avec douceur & ſans aucune agitation de votre part ; par

gens qui ne ſont pas accoutumés à ſouffrir, ſe détournent ordinairement des infortunés.

moyen, ils feront plus tranquiles fur l'heure, & deviendront moins fenfibles pour l'avenir.

Je crois que l'on feroit bien d'accoutumer par dégrés les jeunes gens à regarder des objets dégoûtans, comme des plaies, des cadavres, des diffections anatomiques, des opérations chirurgicales, & généralement tout ce qui pourroit leur caufer dans la fuite une furprife défagréable, une crainte & une frayeur extrême; & après l'illuftre Auteur que je viens de nommer, je dirai encore, que la fermeté & l'infenfibilité de l'ame, eft le meilleur bouclier que nous puiffions oppofer aux maux & aux accidens ordinaires de la vie, & qu'il faut, par l'exercice & par la coutume, commencer au plûtôt à s'endurcir contre la douleur; or rien ne nous endurcit mieux contre nos propres maux, que d'avoir vû les autres fouffrir davantage. Il n'y a point ici d'inhumanité de ma part, c'eft feulement des obfervations que j'ai faites, & que tout le monde peut faire comme moi, en fréquentant les Hôpitaux, les Médecins & les Chi-

rurgiens : d'ailleurs je prétens qu'on doit avoir le cœur bon, tendre & compatissant, par amour du bien & non pas par foiblesse, car la foiblesse est ordinairement la vertu des gens qui n'ont point assez de force dans l'ame, pour en avoir une mieux raisonnée. Ce n'est pas celui qui s'éloigne d'un homme blessé & couvert de sang, que j'admire, mais bien celui qui lui porte du secours.

Sur les remédes hazardés.

Peres & meres, si vos enfans ont quelques incommodités légères ou graves, donnez-vous bien de garde de faire usage de remédes que des commeres (cela veut dire aussi certains hommes) ne manqueront pas de vous enseigner comme quelque chose de merveilleux. Persuadez-vous bien, quelques citations qu'on vous fasse, quelques exemples séduisans qu'on vous présente, que c'est toujours une loterie où il y a cent à parier contre un, que la chance sera contre vous ; qu'ainsi la prudence ne nous permet pas d'y mettre : c'est pourtant ce qu'on fait tous les jours, en suivant les avis de gens qui ne sont pas de l'art,

Margot avoit mal aux yeux, dit l'un, tel reméde l'a guéri : Lucas, toi qui y a mal aussi, fais le même reméde, en trois jours il n'y paroîtra plus. Le crédule Lucas suit ce conseil, en trois jours il se rend aveugle. D'où vient donc un effet si opposé, car ils avoient tous les deux mal aux yeux? Oui, mais un homme de l'art auroit reconnu que le reméde qui étoit bon pour Margot, qui avoit une ophthalmie humide, ne valoit rien à Lucas qui en avoit une séche. voilà un seul exemple; eh bien; il y en a mille de cette espéce sur chaque maladie en particulier. Il ne faut donc jamais faire aucuns remédes dans quelques indispositions que l'on ait, qu'ils ne soient donnés par gens de l'art; encore faut-il toujours s'adresser aux plus expérimentés, & à ceux qui ont la meilleure réputation *; c'est ce qu'il faudra bien persuader aux

* Je crois que dans toutes les Villes de l'Europe où il y a des Ecoles de Médecine, elles y sont ouvertes certains jours de la semaine, pour les personnes qui veulent y venir puiser les conseils, *gratis*, des plus habiles Docteurs : au moins celle de Paris est dans ce louable usage, mais indépendamment de cela, tous les meilleurs Médecins de cette illustre Faculté, se font un plaisir généreux, tous les matins chez eux, d'écouter & de conseiller les malades qui viennent les consulter.

jeunes gens quand ils entreront dans l'âge de raiſon, afin qu'ils n'écoutent point ces conſeils obſcurs, & qu'ils ne faſſent jamais aucune eſpéce de remédes, ſans la participation de leurs parens. Cette imprudence coûte bien cher tous les jours au genre humain.

Les Loix devroient prononcer des peines afflictives contre cette peſte d'Empiriques ou d'Aventuriers en Médecine, qui s'ingérent de vendre au peuple imbécile, des remédes auſſi hazardés.

Sur l'intempérance.

L'on ſera peut-être ſurpris que je célébre un peu ici l'intempérance; mais je n'en crois pas moins qu'un jeune homme qui veut ſe fortifier le tempérament, doit ſe la permettre *quelquefois*, à meſure qu'il avance en âge. Ce n'eſt pas qu'une perſonne bien rangée, ne jouiſſe peut-être plus réguliérement d'une bonne ſanté, mais plus on méne une vie uniforme, plus on eſt délicat; & le corps qui fait ni plus ni moins tous les jours les mêmes choſes, & preſque aux mêmes heures, ſe dérange auſſitôt que des circonſtances particulières ne lui per-

mettent plus de continuer si exactement son même régime de vie, & ces circonstances sont très-fréquentes dans le monde. Mais, malgré cela, il faut se rappeller souvent cet aphorisme : *Que la temperance & le travail sont les meilleurs specifiques à l'homme.*

Il n'y aura pas de mal qu'un jeune homme s'accoutume un peu à tous les excès du corps *, car dans la suite, il faut qu'il se fasse à tout, & qu'il ne pratique d'autres loix dans son régime que celle de n'en suivre aucune. Il y a souvent beaucoup d'imprudence d'adopter, sans examen, le même régime dont un autre se trouve bien. Il faut donc commencer dans la jeunesse à se plier au gré de la nécessité ; il n'y a que les gens habitués à tout, qui peuvent résister à tout ; mais il faut plier la nature sans la forcer ; on gagne par le tems ce qu'on n'obtiendroit pas tout à coup ; elle se brise au choc & se laisse conduire par

* Excepte ceux de l'amour, & tous ceux qui pourroient offenser la Religion & ses Loix. Il faut qu'il puisse faire toutes choses & n'aime à faire que les bonnes. Montagne dit dans ses Essais : » Je veux qu'en la débauche même, il surpasse en vigueur » & en fermeté ses compagnons, & qu'il ne laisse à faire le mal, » ni à faute de force ni de science, mais à faute de volonté.

dégré ; elle se plie & s'unit à l'habitude avec qui elle fait alliance pour toujours.

Si le jeune homme craint la peine, il faut qu'il se familiarise insensiblement avec les travaux laborieux ; en un mot, il doit vaincre par l'habitude, toutes les répugnances pusillanimes, & se faire à tout ce que l'homme raisonnable peut faire, sans s'accoutumer à rien en particulier. Il doit donc s'habituer à supporter la faim, la soif, le froid, le chaud, le sérein, la veille, les festins, la fatigue, les sueurs, &c. Pour cet effet, il fera bien de commencer ces expériences quand le besoin ne le requerera pas de lui.

Sur le ris. De tous les animaux l'homme seul a la faculté de rire. Le ris est une action pathétique de l'ame, qui met en jeu le poumon, & qui fait connoître la joie dont elle est affectée ; c'est ce mouvement & cet éclat convulsif de la voix que l'on fait quand il se présente quelque chose de plaisant ou de ridicule à notre vûe ou à notre imagination, c'est-là le ris naturel.

Il y en a un autre qui ne dépend que de

la volonté ; on l'appelle le ris *sardonien* ou non naturel ; c'est le ris des politiques & des gens du bel air. Le ris modéré est aussi utile que l'immodéré est à craindre. Dans le premier cas, s'il se trouve quelques matières étrangères dans le poumon, l'air qui s'y agite vivement, les entraînera au-dehors par les bronches. D'ailleurs ce mouvement donne une secousse douce & agréable à la machine, qui met les esprits animaux en jeu, ce qui rend plus leste & favorise la digestion, la circulation & la sécrétion des humeurs.

Le ris immodéré peut causer des crachemens de sang, car l'air contenu dans le poumon ne pouvant sortir, s'échauffe, se raréfie, fait effort sur les vaisseaux sanguins & les rompt, ce qui est toujours très fâcheux. On a vû des personnes grasses avoir de violens maux de tête, & même tomber en apoplexie pour avoir ri trop longtems ; en voici la raison.

Lorsqu'on rit, le visage, les yeux deviennent rouges & pleins de larmes ; si on examine le cou, on voit les jugulaires se

gonfler ; on comprendra que le poumon est dans l'inspiration ; que le sang, par conséquent, est arrêté dans les artères pulmonaires ; or donc, l'oreillette, le ventricule droit, & la veine cave seront pleins de sang ; les jugulaires ne pourront donc pas se dégorger ; donc le sang ne pourra pas revenir de la tête ; de-là la rougeur du visage & des yeux, l'abondance des larmes, de la salive, &c. il se fera plétore ; & pour peu qu'il y ait de disposition, les vaisseaux du cerveau s'obstrueront & causeront l'apoplexie, ou du moins de terribles maux de tête.

De la musique instrumentale.

Je n'approuve point qu'on apprenne à jouer des instrumens qui se jouent par la bouche, comme le haut-bois, le basson, le cor de chasse, &c. Outre que la circulation n'est pas si libre quand on en joue, comme on peut le remarquer par la rougeur du visage ; c'est qu'ils exigent tous un exercice trop violent de la poitrine. Le poumon est un viscère qui est ordinairement assez en fonctions par lui-même, sans qu'il soit besoin de le forcer si violem-

ment & auſſi fréquemment qu'il faut le faire pour apprendre à jouer de ces inſtrumens.

Il y a beaucoup moins de danger pour la conſervation des jeunes gens, quand ils ſuivent différentes paſſions, que lorſqu'ils s'attachent trop vivement à une ſeule. Les peres éclairés & attentifs à la ſanté de leurs enfans, ont grand ſoin de diviſer le foyer de leurs paſſions, pour l'empêcher de ſe réunir ſur un même objet. Sur les paſſions.

Quand le goût des jeunes gens les dirige avec empire ſur une ſeule choſe, il en fait des enthouſiaſtes qui s'en affectent ſi vivement, que la machine s'épuiſe également chez eux dans la poſſeſſion comme dans la privation de l'objet unique de cette violente paſſion. Il faut donc avec beaucoup de précautions, varier leur goût, pour que la force qui le fait mouvoir, rencontre un plus grand nombre de ſurfaces ſur leſquelles elle puiſſe ſe ſubdiviſer, & agir par conſéquent moins puiſſamment.

La paſſion des jeux qui n'exercent point le corps, eſt bien capable d'affoiblir & d'altérer la ſanté; car, outre que la fureur Sur le jeu.

qu'on a pour les jeux de cartes, par exemple, engage souvent à veiller fort avant dans la nuit, c'est qu'il est certain qu'en se retirant du jeu, même avec du gain, le sommeil n'est pas doux quand l'esprit est si agité. Si, avec cette observation, l'on considére le mauvais sang qu'on se fait quand on perd, par amour propre ou par intérêt, on n'aura pas de peine à comprendre combien la passion de ces jeux est souvent funeste à la santé.

Tempéramens.

Ce n'est tout au plûtôt qu'à l'âge de quinze ans qu'on commence à distinguer l'espéce de tempérament qui dominera dans une personne; pour l'ordinaire, cela ne se manifeste bien qu'après l'âge de puberté; cependant j'ai crû devoir en crayonner ici quelque chose, pour jetter plus de lumière dans cet ouvrage.

On entend communément par *tempéramens*, certaines dispositions, ou plûtôt une aptitude du corps, en vertu de laquelle les fonctions s'exercent plus ou moins bien, de telle ou de telle manière dans l'oeconomie animale,

On croit avec beaucoup de fondement, que la différence des tempéramens vient de la différente constitution des solides ou des fluides; mais si l'on demande lequel de ces deux principes affecte l'autre, la question devient très-embarrassante; il est même assez difficile de répondre autre chose, sinon, qu'il est à présumer que tous les deux y concourent; mais jusqu'à présent, nous n'avons rien de bien précis là-dessus.

La connoissance exacte des tempéramens est d'une nécessité indispensable dans la Pathologie, la Physiologie, & surtout dans l'Hygiene, qui fait le sujet de cette Dissertation. Je n'indiquerai point tous leurs signes caractéristiques, car je ne fais pas ici (parce que je ne le saurois pas faire) un ouvrage pour des Médecins. Je m'attacherai à dire seulement un mot à la portée de tout le monde, sur chacun des principaux signes des tempéramens *sanguin*, *phlegmatique*, *bilieux* & *mélancolique*, qu'il est bon de connoître, pour remplir la tâche qui nous est imposée dans le Programme de l'Académie.

Quoique leur combinaiſon varie à l'infini, & qu'on participe preſque toujours de deux tempéramens à la fois, néanmoins le plus ou moins de ſymptômes d'un de ces quatre tempéramens, fait connoître plus ou moins bien, dans lequel on participe le plus. C'eſt ſur les indications que nous y remarquerons, que nous devons diriger nos ſoins pour ſeconder efficacement les intentions de la nature ; qui ſe porte toujours d'elle-même au bien. C'eſt à notre impéritie, à nos excès, à la faute, ou à la mauvaiſe ſanté héréditaire de nos pere & mere, que nous devons imputer notre mauvaiſe conſtitution, la délicateſſe de notre tempérament, nos maladies, & la briéveté d'une vie qui nous fait ſi rarement atteindre l'âge d'un ſiécle.

Du ſanguin. Si une perſonne de quinze ans ou environ, eſt d'une taille médiocre pour ſon âge ; ſi elle a les cheveux d'un blond cendré, la peau douce & flexible, une belle carnation, des couleurs vives & rouges, ce qui annonce que le ſang circule avec aiſance ; ſi ſes urines ſont belles & bien

colorées ; si elle va à la selle régulièrement une fois par jour ; si cet enfant est volage & inconstant ; s'il est gai, enjoué, un peu frivole, sans soucis ; s'il a des songes agréables, qu'il aime à rire, à folâtrer sans faire de mal, il sera vraisemblablement d'un tempérament *sanguin*.

C'est le meilleur de tous, puisqu'il tient un juste milieu. Il faut entretenir, tant qu'on pourra, ce tempérament. Je crois (sauf accident) que l'on pourra y parvenir, en observant le régime général que nous indiquons dans cet ouvrage.

Du phlegmatique.

Si un jeune homme est grand & élancé pour son âge ; s'il a la peau blanche, molle, douce au toucher ; s'il a les cheveux & les sourcils d'un blond clair, les yeux bleux & doucereux, l'air tendre, efféminé, la figure aimable, le pouls lent & flasque ; s'il va à la selle deux ou trois fois par jour ; s'il crache beaucoup ; s'il est trop docile, qu'il se laisse dominer aisément, qu'il n'ait pas l'esprit vif, qu'il soit irrésolu, paresseux ; si, avec cela, il vit dans un climat froid ou tempéré, il sera vraisemblablement d'un tempérament *phlegmatique*.

La plûpart des filles de ce tempérament ont long-tems les pâles couleurs; leur nubilité est retardée; quelquefois aussi elles périssent dans ce tems de crise, parce que la force vitale languit singulièrement chez les phlegmatiques.

Ils n'ont pas grand appétit, & ne supportent pas les travaux fatiguans. On les voit aussi peu sensibles aux affaires de la vie.

Ils sont tranquiles, patients, amis foibles, & ennemis peu à craindre. Leur imagination est stérile; ils ne travaillent que d'après les autres. Ils ne sont pas propres aux ouvrages de génie, mais leur jugement lent, est assez sûr; on peut en faire un bon usage dans les conseils qu'on leur demandera.

Ils sont bons pour les sciences exactes; bons observateurs, grands naturalistes, car ils sont gens à examiner une aîle de papillon pendant toute une journée; en un mot, c'est le contraste parfait, l'antipode du tempérament bilieux. Ils aiment la musique tendre, langoureuse, la poësie

pastorale ; ce sont de vrais Céladons : mais quand il s'agira de peindre en musique ou en poësie, une tempête, un combat, un tremblement de terre, &c. ils ne seront que des Lullis où il faut être des Rameaux.

On voit plus de gens de ce tempérament dans les Villes qu'à la campagne ; le grand air leur convient encore plus particulièrement qu'aux autres ; ils ne doivent point séjourner près des lacs, des rivières, ni se baigner fréquemment.

Les gens de ce tempérament sont bien dans les pays chauds & secs ; ils y sont même assez rares. Il n'en est pas de même dans les Provinces septentrionales de la France, en Hollande & dans une grande partie du Nord ; c'est le tempérament dominant dans ces pays-là, surtout chez les femmes, qui sont ordinairement moins d'exercice que les hommes.

On peut leur permettre l'usage modéré du vin blanc & du caffé. Les stimulans, les diurétiques leur sont assez bons ; ils doivent manger, par préférence, tout ce qui échauffe un peu, comme le mouton,

quelquefois un peu de gibier, point de légumes trop aqueux, & furtout ne jamais les faigner. Il faut les encourager à des exercices un peu violens, car ils ne s'y porteront point d'eux-mêmes, ils aiment trop le repos & la tranquillité qu'ils devroient éviter.

Du bilieux. Si la perfonne eft petite pour fon âge; fi elle a la peau féche, un peu brune ou jaunâtre, le pouls vif & actif, qu'elle foit maigre & fes mufcles affez bien exprimés; fi elle a les cheveux d'un brun prefque noir, les fourcils bien fournis, l'œil vif, étincelant, l'haleine chaude & grand appétit, qu'elle digére fort vîte, & que fon urine en petite quantité, foit chargée & rougeâtre; fi elle eft fujette aux hémorroïdes, & qu'elle n'aille à la felle que tous les deux ou trois jours & difficilement; fi cette perfonne eft vive, pétulante, colérique; fi elle a le jugement prompt, fixe, folide; l'imagination heureufe & féconde; fi elle aime vivement, & qu'elle haïffe de même, elle fera d'un tempérament *bilieux*.

Ces gens-là aiment le mouvement; leur ame

ame est continuellement dans l'agitation, un rien les met en fureur. Ils sont durs à la fatigue, capables des plus grands travaux & des plus violens exercices; ils sont d'une ardeur extrême, & excellens pour toutes les affaires qui requérent célérité. Ils aiment les intrigues, qu'ils conduisent merveilleusement; ils ne balancent jamais, ils prennent leur parti dans l'instant, parce qu'ils voient au premier coup d'oeil tout l'ensemble d'une chose; mais jamais satisfaits, cette chose finie, aussitôt ils en recommencent une autre.

Ils sont amans zélés, amis chauds & généreux, mais aussi ennemis implacables & très-dangereux. Ils sont faits pour les arts où il faut de l'imagination; ils aiment les systêmes.

Telles sont, en partie, les qualités, les fonctions vitales, naturelles & animales du bilieux; on voit qu'elles dépendent toutes de la vibratilité extrême de leurs fibres.

Il faut interdire absolument l'usage du vin & de toutes liqueurs spiritueuses, à une

personne qui annoncera ces symptômes; elle doit au contraire boire beaucoup d'eau, manger peu de viande, & surtout point de ragoût. L'usage des délayans, des bains de rivière, des fruits & des légumes un peu acides lui sera très-bons, parce que ses humeurs auront une disposition à l'alkalescence. Sa volonté lui fera faire assez d'exercice; un peu d'oisiveté ne lui feroit pas de mal.

Du mélancolique.

Le tempérament *mélancolique* ne peut pas encore se remarquer à cet âge; il ne se manifeste pour l'ordinaire qu'à l'âge de trente ans; mais, malgré cela, je vais en dire quelque chose, puisque j'ai été dans l'obligation d'indiquer quelques symptômes des autres.

Ce tempérament est plûtôt accidentel qu'héréditaire; cependant si le pere ou la mere de la personne, &, à plus forte raison, si tous les deux étoient mélancoliques, il faudroit y apporter une attention plus suivie.

Il dépend d'une tension trop forte dans les fibres, & d'une sensibilité trop grande dans les nerfs.

Le mélancolique a le pouls ſerré, ſec & vif; la peau maigre, féche, have, brûlante; les cheveux d'un noir foncé, & le poil rude. Ils ſont laids de viſage, quoiqu'ils ayent été beaux dans leur enfance; ils ont les yeux petits, ſecs & un peu farouches; ils ont une faim très-ſouvent canine, mais irrégulière; ils digérent difficilement & mal; ils vont rarement à la ſelle, ce qui leur cauſe des nuages, des chaleurs à la tête; ils ont un air ſombre, l'imagination très-féconde, dont ils abuſent ſouvent en ſe croyant menacés de quelques fâcheux accidens; ils ont la mémoire bonne, le jugement d'une promptitude & d'une vivacité étonnante; beaucoup d'eſprit, mais ſouvent ſatyrique; ils ſont propres aux ſciences ſublimes, comme la Théologie & la Métaphyſique, car ils aiment toutes les matières de diſcuſſion. Ils voient avec délices ſur les Théâtres, l'action tragique des grands événemens; ils en écoutent avec beaucoup d'attention tous les récits; ils contemplent avec admiration les grands tableaux qui les repréſentent. Ils aiment

de l'amour platonique ; & amans à ſentimens, ils ſont gens à ſe tuer pour une femme infidelle.

S'ils embraſſent la vertu, ce ſont les hommes les plus vertueux ; s'ils embraſſent le vice, ce ſont les plus grands ſcélérats ; & qui pis eſt, c'eſt que la crainte des châtimens les épouvante peu. Ils ſont extrêmes en tout, en amitié comme en haine, & leur force ne ſeconde jamais aſſez leur gré.

Le chagrin, l'ennui, l'oiſiveté, la ſolitude, ſont très propres à produire la mélancolie. Ces gens-là ſont tellement portés à ſe déplaire à eux-mêmes, que quelquefois ils ſe donnent la mort, ou bien elle ne tarde pas à venir d'elle-même, parce qu'une imagination dépravée cauſe de fâcheux accidens dans l'œconomie animale, & ces accidens leur font paſſer une vie languiſſante, qui les conduit plus rapidement au tombeau.

Les enfans ne ſont jamais de ce tempérament ; & les perſonnes nées ſans bien & qui s'occupent à des travaux manuels, ſont

à peu près dans le même cas.

L'on sent la nécessité qu'il y a de déraciner le germe de ce tempérament, quand on commence à en appercevoir dans les autres quelques symptômes. Pour y parvenir, on leur donne une douce occupation dans un endroit où ils ne puissent respirer qu'un air médiocrement vif & léger; on fait usage en même tems du petit lait, des calmans, des antispasmodiques; & sans affectation, sans même leur parler de maladie, on leur donne beaucoup de dissipation & de gaieté; on a soin de les éloigner des gens tristes & des longues occupations; on les conduit à des spectacles divertissans; mais, mieux que tout cela, il faut les faire voyager.

Le plus ou le moins d'indices que donnent ces quatre principaux tempéramens, détermine jusqu'à quel point l'on participe davantage de l'un ou de l'autre.

L'usage du tabac ne doit être qu'un reméde & jamais une habitude; il irrite trop le genre nerveux, ce qui occasionne une forte dissipation d'esprits animaux; de-là Tabac.

vient qu'il détruit la mémoire. L'on peut ſeulement en tolérer l'uſage bien modéré aux perſonnes d'un tempérament phlegmatique, & à ceux qui ſont ſujets aux fluxions ſéreuſes de la tête.

Travaux. Je n'approuve point qu'on charge de fardeaux la tête des jeunes gens ; je crois qu'il n'en peut réſulter que de très-mauvais effets. La tête eſt le ſiége de tous les nerfs qui ſe diſtribuent dans tout le reſte du corps. Je crois donc qu'en portant ſur ſa tête quelque choſe d'un poids un peu conſidérable, l'on comprime trop les vertebres du cou ; cette pyramide peut ſe déjetter de côté, ſi ce qu'on porte n'eſt pas parfaitement à plomb, alors la moëlle allongée ſouffre beaucoup de ce dérangement ; auſſi ai-je vû pluſieurs femmes qui avoient pratiqué cette mauvaiſe méthode, avoir, quoique jeunes encore, des foibleſſes de nerfs, des tremblemens de tête, & le cou de travers. Je ne vois point les avantages qu'il y a de porter quelque choſe de fort lourd ſur ſa tête, j'y vois au contraire des inconvéniens très-fâcheux.

Si on leur fait porter aux bras dans un lieu un peu éloigné quelque chose de pesant pour eux, il faut les avertir de ne pas aller loin en portant sur le même bras ce fardeau, mais de le changer souvent de l'un à l'autre bras. L'on sait que le côté qui n'est pas chargé, panche beaucoup pour faire le contre-poids ; toute cette partie est en contraction, tandis que l'autre est distendue ; l'on sent que cette attitude est très-forcée : il ne faut donc pas y persévérer long-tems, parce qu'alors il peut naître des difformités & même des accidens encore plus graves. C'est ici une observation, qui peut avoir son application dans diverses circonstances plus générales.

L'invention de plusieurs arts & métiers, exige beaucoup d'assiduité, & peu d'exercice par ceux qui les cultivent. Ces artisans qui, pour pouvoir gagner leur pain, se séquestrent, pour ainsi dire, chez eux pendant les trente plus belles années de leur vie, ayant le corps panché sur leur ouvrage ; ce genre de vie sédentaire, dis-je,

eſt ſûrement bien capable de nuire à la digeſtion, d'épaiſſir les humeurs, d'occaſionner des engorgemens dans les vaiſſeaux capillaires, par conſéquent, d'altérer la bonne conſtitution du corps, & de diminuer conſidérablement la force & la vigueur de cette multitude de gens des deux ſexes qui les cultivent dans l'ombre de leur cabinet, où ſouvent même ils reſpirent un mauvais air *.

Il n'en eſt pas de même de ces métiers qu'on exerce en plein air, où la force du corps agit : cet exercice plus naturel à l'homme, contribue à rendre ſon corps plus agile, plus ſain & plus vigoureux. L'expérience nous fait voir que ces derniers ſont très-rarement malades, ſi ce n'eſt par quelques chûtes, ou par quelques excès condamnables.

Que l'on compare les animaux ſauvages avec les animaux domeſtiques de même eſpéce, on verra ce que peuvent l'exerci-

* Ce qu'il y a de plus fâcheux pour l'eſpéce humaine dans ce genre de vie ſédentaire qu'on a adopté, c'eſt que non-ſeulement l'individu caſanier y perd de ſa bonne conſtitution, mais c'eſt que toute ſa poſtérité en reſſentira de très mauvais effets.

te & la liberté pour la vigueur du corps ; ces derniers sont gras, parce qu'ils font bonne chere, mais ils sont mous, foibles & languissans, & l'on voit bien qu'ils ont perdu leur plus bel appanage. Les autres au contraire, qui font souvent une abstinence forcée avec beaucoup d'exercice, ne sont pas toujours aussi gras, mais ils ont les chairs moins flasques, la course plus rapide, ils sont en tout incomparablement plus forts & plus vigoureux ; l'on est fondé à croire qu'ils vivent aussi plus long-tems.

Sans aller chercher des exemples parmi les animaux, établissons un parallele entre la force de ces gens qui sont aux halles & sur les ports, avec celle d'un tailleur, d'un fabriquant d'étoffes, ou de tant d'autres métiers sédentaires ; en comparant, dis-je, leurs forces respectives, on croiroit que ce sont deux espéces d'hommes différentes : aussi les Anatomistes ont-ils toujours observé que nous n'avons point de parties plus charnues & mieux musclées que celles que nous avons beaucoup exercées ; à la

ſeule inſpection des membres, ils devineront le genre de profeſſion qu'on exerce.

EXERCICES

A l'âge de quinze ou ſeize ans, on doit commencer à forcer un peu ſes exercices par des courſes longues & pénibles, au ſoleil & à la pluie. Ce précepte eſt encore plus eſſentiel pour les climats, les ſaiſons où le froid domine, afin d'ouvrir les pores qui ſont reſſerrés, & de rétablir en ſoi une louable tranſpiration ; ſans cela, certaines humeurs qui devoient ſortir, trouvant les paſſages bouchés, s'amaſſent, s'épaiſſiſſent & refluent dans la maſſe du ſang ; ce qui produit des rhumes, des fluxions, des fiévres, &c. il y a même beaucoup de circonſtances ou quelques frictions ſéches par tout le corps, opérent le plus grand bien.

Il faut exercer ſes forces par gradation & de mille moyens différens, ſans jamais faire ſubitement de grands efforts. Je crois que les exercices des ſauts, de la danſe, de la paume, des armes, du cheval, &c. ſont tous très-recommandables.

Plutarque rapporte, que César d'une constitution foible & languissante dans sa jeunesse, ne devint un héros infatigable que par ses divers exercices dans le Champ de Mars.

Outre que les grands exercices gymnastiques ne sont plus guére d'usage, c'est qu'ils n'entrent point dans mon plan; je me suis borné seulement à ceux qui conviennent plus particulièrement jusqu'à l'âge de puberté; par conséquent je ne dirai rien sur les pernicieux effets des plaisirs de l'amour, l'on sait assez combien ils sont nuisibles dans un âge trop tendre, où le corps a besoin de toute sa chaleur naturelle pour s'accroître & se fortifier.

Ces plaisirs ne doivent jamais être pris qu'avec beaucoup de modération & seulement dans l'état du mariage, depuis l'âge de vingt ans dans les hommes, jusqu'à celui de cinquante ou environ. L'on doit les ignorer absolument jusqu'à l'âge de vingt ans dans les climats tempérés, si l'on veut avoir une constitution d'esprit & de corps vigoureuse; & il faut les abandon-

ner tout à fait quand on a atteint l'âge de cinquante ou cinquante-cinq ans, à moins qu'on ne veuille creuser soi-même son tombeau ; car il semble que ces plaisirs ne nous chatouillent & ne nous embrassent que pour nous étrangler, & que l'homme ne sauroit jamais donner la vie à un être semblable à lui, sans qu'il lui en coûte beaucoup de la sienne * ; aussi les anciens Athlétes s'en abstenoient-ils soigneusement, afin d'être plus forts & plus vaillans dans les jeux Olympiques & dans les Gymnases.

Les peres & meres doivent donc être bien attentifs à détourner tout ce qui pourroit accélérer la puberté de leurs enfans ; ainsi loin d'eux, tant qu'on pourra, les conversations obscenes, les attouchemens déshonnêtes, les lectures galantes, & les grandes assiduités auprès d'un sexe différent. Ce feu secret qui se glisse & coule

* » Les anciens Gaulois (dit Montagne) estimoient à extrême reproche d'avoir eu accointance de femme avant l'âge de vingt ans, & recommandoient singulièrement aux hommes qui se vouloient dresser pour la guerre, de conserver bien avant leur pucelage, d'autant que les courages s'amollissent & divertissent par l'accouplage des femmes.

César dit expressément la même chose des Germains.

dans nos veines, eſt un terme où il eſt bon que la nature n'arrive que lentement. Les jeunes gens que de malheureux exemples entraînent de bonne heure hors les limites de l'aimable innocence, métamorphoſent en un aride déſert pour eux, le beau printems de la nature.

Je crois qu'en ſe conformant juſqu'à l'habitude, aux diverſes régles générales contenues dans ces Eſſais, on pourra tellement conſerver & augmenter la ſanté des enfans, leur faire une conſtitution de corps ſi forte & ſi robuſte, qu'il n'y a preſque point de genre de vie auxquels ils ne puiſſent inſenſiblement s'accoutumer; cependant je ne m'aveugle point ſur les défauts de cet ouvrage, & ſurtout ſur ce qui y manque. Si les bornes qu'on doit ſe preſcrire dans une Diſſertation académique, m'avoient permis de m'étendre ici davantage, je crois que j'aurois trouvé aſſez de ſubſtance dans cette importante matière, pour compoſer quelques volumes & non pas ſimplement une foible diſſertation; mais enfin, telle qu'elle eſt, je la ſoumets,

avec timidité, à l'examen du Tribunal ref-pectable qui va décider fouverainement de fon fort.

FIN.

COPIE de la Lettre écrite à l'Auteur, par le Sécrétaire perpétuel de la Société Hollandoise des Sciences.

MONSIEUR,

La Société Hollandoise des Sciences, qui couronna hier votre Dissertation, vous en donne avis, & vous prie de vouloir faire recevoir la Médaille qui vous a été adjugée. Vous savez sans doute, Monsieur, que celui que vous chargerez de cette commission, doit avoir votre procuration, & me présenter une copie nette de votre

Dissertation, munie de la marque distinctive. Je suis,

MONSIEUR,

Votre très-humble & très-
obéissant serviteur,
C. C. H. VANDER,
Sécrétaire de la Société Hollandoise
des Sciences.

A Harlem le 22 Mai 1762.

TABLE

Du contenu en ce Livre.

DEUXIEME EPOQUE.

Fin de la Table.

APPROBATION.

J'Ai lû par ordre de Monseigneur le Chancelier un Manuscrit qui a pour titre, *Dissertation sur l'Education Physique des Enfans, depuis leur naissance jusqu'à l'âge de puberté.* Le nouveau jour sous lequel on y présente au Public une Doctrine connue & enseignée depuis longtems, l'engagera peut-être enfin à mettre en pratique des préceptes qui intéressent de si près l'humanité & le bien être de la société. A Paris le 10 Août 1762. BARON le jeune, Docteur-Régent de la Faculté de Médecine de Paris, & Membre de l'Académie Royale des Sciences.

PRIVILEGE DU ROI.

LOUIS, par la grace de Dieu, Roi de France & de Navarre : A nos amés & féaux Conseillers les gens tenans nos Cours de Parlement, Maîtres des Requêtes ordinaires de notre Hôtel, Grand Conseil, Prevôt de Paris, Baillifs, Sénéchaux, leurs Lieutenans Civils, & autres nos Justiciers qu'il appartiendra : SALUT. Notre bien amé PIERRE VALLAT-LA-CHAPELLE, Libraire à Paris, Nous a fait exposer qu'il desireroit faire imprimer & donner au Public un ouvrage qui a pour titre, *Dissertation sur l'Education Physique des Enfans, depuis leur naissance jusqu'à l'âge de puberté*, s'il Nous plaisoit lui accorder nos Lettres de Privilége pour ce nécessaires. A CES CAUSES, voulant favorablement traiter l'Exposant & ses ayans cause, Nous lui avons permis & permettons par ces présentes de faire imprimer ledit Ouvrage autant de fois que bon lui semblera, & de le vendre, faire vendre & débiter par tout notre Royaume pendant le temps de *six* années consécutives à compter du jour de la datte des Présentes. Faisons

défenſes à tous Libraires ; Imprimeurs & autres perſonnes de quelque qualité & condition qu'elles ſoient, d'en introduire d'impreſſion étrangere dans aucun lieu de notre obéiſſance, comme auſſi d'imprimer ou faire imprimer, vendre, faire vendre, débiter, ni contrefaire ledit Ouvrage, ni d'en faire aucun exrrait, ſous quelque prétexte que ce puiſſe être, ſans la permiſſion expreſſe & par écrit dudit Expoſant ou de ceux qui auront droit de lui, à peine de confiſcation des exemplaires contrefaits, & de trois mille livres d'amende contre chacun des contrevenans, dont un tiers à Nous, un tiers à l'Hôtel-Dieu de Paris, & l'autre tiers audit Expoſant, ou à celui qui aura droit de lui, & de tous dépens, dommages & intérêts : à la charge que ces Préſentes ſeront enregiſtrées tout au long ſur le Regiſtre de la Communauté des Imprimeurs & Libraires de Paris, dans trois mois de la datte d'icelles ; que l'impreſſion dudit Ouvrage ſera faite dans notre Royaume & non ailleurs, en bon papier & beaux caractéres, conformément à la feuille imprimée, attachée pour modéle ſous le contre-ſcel deſdites Préſentes; que l'Impétrant ſe conformera en tout aux Réglemens de la Librairie, & notamment à celui du 10 Avril 1725 ; qu'avant de l'expoſer en vente, le Manuſcrit qui aura ſervi de copie à l'impreſſion dudit Ouvrage, ſera remis dans le même état où l'Approbation y aura été donnée, ès mains de notre très-cher & féal Chevalier Chancelier de France, le ſieur de la Moignon & qu'il en ſera enſuite remis deux exemplaires dans notre Bibliothéque publique, un dans celle de notre Château du Louvre, & un dans celle de notre très-cher & féal Chevalier Garde des Sceaux de France le ſieur Feydeau de Brou : le tout à peine de nullité des Préſentes : Du contenu deſquelles vous mandons & enjoignons de faire jouir ledit Expoſant & ſes ayans cauſe, pleinement & paiſiblement, ſans ſouffrir qu'il leur ſoit fait aucun trouble

ou empêchement. Voulons que la copie desdites Présentes qui sera imprimée tout au long au commencement ou à la fin dudit Ouvrage, soit tenue pour dûement signifiée, & qu'aux copies collationnées par l'un de nos amés & féaux Conseillers & Sécretaires, foi soit ajoutée comme à l'Original. Commandons au premier notre Hnissier ou Sergent sur ce requis, de faire pour l'exécution d'icelles tous actes requis & nécessaires, sans demander autre permission, & nonobstant clameur de Haro, Charte Normande & Lettres à ce contraires: CAR tel est notre plaisir. DONNÉ à Paris le cinquiéme jour du mois d'Octobre, l'an de grace mil sept cent soixante-deux, & de notre Regne le quarante-huitiéme. Par le Roi en son Conseil. *Signé*, LE BEGUE.

Registré sur le Registre XI. de la Chambre Royale des Libraires & Imprimeurs de Paris, N°. 366. F°. 227. conformément aux anciens Réglemens, confirmés par celui du 28 Fevrier 1723. A Paris le 13 Octobre 1762. LE BRETON, Syndic.